dan—tz

MÁS ALLÁ

(DE LA CABINA)

UN INFORME DE DANTZ Y UPV/EHU

"EL DOCUMENTO QUE SE PRESENTA NACE CON LA VOLUNTAD DE **PROFUNDIZAR** EN ALGUNOS DE **LOS RETOS** QUE TIENE **LA MÚSICA ELECTRÓNICA** EN **EUSKAL HERRIA**. ESTÁ ORIENTADO A SITUAR ALGUNOS **ELEMENTOS PSICOSOCIALES** IMPORTANTES ENCIMA DE LA MESA DE LOS DIFERENTES ESPACIOS QUE CONFORMAN LA INDUSTRIA".

Más allá de la cabina

Ser DJ de música electrónica

Un informe impulsado por

dan—tz

Autor: Xavier Mínguez Alcaide

eman ta zabal zazu
UPV EHU

Financiación

euskampus FUNDAZIOA ksigune

Dantz agradece la reproducción y divulgación de los contenidos de esta publicación siempre que se cite la fuente.

Más allá de la cabina

Ser DJ de música electrónica

El documento que aquí se presenta nace con la voluntad de profundizar en algunos de los retos que tiene la música electrónica en Euskal Herria, y lo hace desde el punto de vista de quienes están en las cabinas, desde los ojos de quienes hacen, piensan y ponen la música. De este modo, más allá de idearse como un documento de divulgación para el público en su conjunto, se trata de un documento de devolución a las personas protagonistas de este trabajo, una sistematización de las voces de veintidós personas que dedican su faceta artística a la electrónica, ya sea como DJ o en la producción, o en ambas facetas de esta disciplina musical. También de aquellas que participaron en el encuentro de diálogo en Open Space celebrado durante el Dantz Network Congress. El eje del trabajo son sus relatos, sus vivencias, sus preocupaciones, los horizontes considerados como alcanzables desde el esfuerzo individual y colectivo.

La psicología social intenta comprender la interacción entre los procesos psicológicos y los sociales, trata de comprender aquello que suceden en la intersección entre el individuo y su entorno. En este sentido, desde su vertiente divulgativa, el documento está orientado a situar algunos elementos psicosociales importantes encima de la mesa de los diferentes espacios que conforman la industria. Porque aquello que llamamos psicológico sucede en un lugar real, en un entorno con unas condiciones objetivas. De este modo, queremos alejar cualquier atisbo de psicologización en el análisis de los factores psicosociales de ser DJ de música electrónica. Esto significa atender las dimensiones social, cultural y económica en la que se encuentra la música electrónica en Hego Euskal Herria, para poder comprender los aspectos psicosociales que aquí se mencionan. Consideramos que hay que entender los aspectos psicológicos que se relatan en este texto desde su vinculación con la realidad del sector. Tratar de dar luz a los aspectos psicosociales de un espacio profesional y artístico en un ámbito sociocultural concreto, nos plantea el reto de vincularlo con aspectos de la realidad objetiva.

Este trabajo no pretende ser un punto de llegada del análisis de los factores que determinan *Ser* DJ, sino como un punto en el proceso de reflexión sobre este espacio de la industria cultural. El punto de partida de este camino fue intentar abrir algunas brechas para animar el debate. A través de las voces de las personas participantes hemos observado muchos elementos positivos a nivel psicosocial, pero también la otra cara de la moneda. Ser artista de música electrónica proporciona elementos de bienestar psicológico ligados a la expresión artista, el desarrollo de la identidad, o la inserción social en una comunidad de comunidades, pero también zonas oscuras ligadas a la precariedad, la falta de reconocimiento social e institucional, la dependencia de las redes sociales, y los vaivenes que proporciona el éxito.

El texto también señala algunos recursos psicosociales para hacer frente a la realidad del sector. En muchas ocasiones, la representación social que se hace de la psicología tiende a poner el foco en los problemas psicológicos más que en las herramientas de las que disponemos las personas para afrontar la realidad. En este sentido, el trabajo invita a pensar sobre las capacidades de los individuaos para generar alternativas psicológicas y de vida en entornos no siempre favorables para cumplir sus sueños. El autocuidado, la construcción de redes de apoyo, o atender a la propia pasión y el origen de la creación artística por encima de las demandas de la industria, son elementos puestos de relevancia.

Por otro lado, queremos destacar que el texto incluye un breve análisis de género sobre el *Ser* DJ. De la misma manera que en el resto de elementos analizados, este objeto de estudio requiere de una fuerte profundización, tanto en relación a la construcción del sujeto DJ mujer o disidente de género, como en las manifestaciones del patriarcado en el sector. Las voces de las personas que han participado en este trabajo han situado puntos de análisis importantes para la feminización del sector, situando la realidad, y las necesidades y retos, frente a las posturas *tokenistas* que pueden tratar de maquillar las deficiencias de la industria de la electrónica en relación a la igualdad sexual y de género.

Para finalizar, es necesario decir que la psicología social que desde aquí se defiende no sólo se sitúa *ante lo que hay*, sino también ante *aquello que podría y debería ser*. Por este motivo, este trabajo termina con la expresión de necesidades y retos del sector desde el punto de vista de las personas que se dedican al DJing y la producción de música electrónica. Retos que transitan desde lo individual a lo colectivo, desde lo psicológico, a lo social, laboral y político. Es nuestro deseo que este texto sirva para avanzar en la materialización de sus planteamientos y propuestas.

Índice

Luces Psicológicas del DJing 1
DJing y bienestar psicológico 2
El DJ como miembro del mundo del arte 4
El desarrollo del Yo 5
El DJing y la construcción de comunidad 10
Claroscuros de Ser DJ 13
Estacionalidad, inseguridad laboral y precariedad 14
La alternativa laboral: un ancla psicológica y económica 17
Perfeccionismo y ansiedad escénica 19
Competitividad 20
Dependencia de las redes sociales 21
Nocturnidad y alteración del ritmo circadiano 22
Soledad en cabina y aislamiento social 23
La compleja relación entre la EDM y el consumo de drogas 24
La búsqueda y la gestión del éxito: un campo minado 27
Caja de Herramientas Psicológicas 30
Herramientas para el bienestar: terapia, deporte y conexión humana 31
Cuidar la pasión: establecer límites y volver a los orígenes 33
Importancia de las redes de apoyo, autocuidado y ayuda profesional 34
Desafíos de Género 35
Presión sobre la auto-promoción y la representación visual 38
Acoso y seguridad en los espacios de la música electrónica 38
Tokenismo y sistemas de cuotas 39
Comunidades de género y queer en la música electrónica 41
Necesidades y restos de la EDM en Euskal Herria 43
Sindicalización: un anhelo colectivo para la protección y regulación 43
Espacios de diálogo y colaboración 45
Apoyo institucional y asunción de la música electrónica como acervo cultural 47
La importancia de los cuidados, la seriedad y el respeto 50
Seguridad económica: el gran desafío para DJs y productores Reinventarse: 52
nuevas formas para conectar con la escena y el público Feminización de la 54
música electrónica 56
Inteligencia Artificial: oportunidades y riesgos 57
Educación y asesoramiento artístico 59
Apoyo psicológico para artistas de música electrónica 60
Reflexión final 62
Anexos
Actas del encuentro de diálogo del Dantz Network Congress 64

Luces Psicológicas del DJing

La música es un fenómeno humano universal, transhistórico y transcultural, que tiene un impacto profundo sobre el estado emocional y el bienestar de las personas y comunidades. El impacto positivo de la música a través de su versión más natural, es decir, a través de su expresión y vivencia en la vida cotidiana, ha encontrado un reflejo en el ámbito de la psicología como disciplina científica y aplicada, con cada vez mayor investigación que respalda los beneficios de la música en relación a distintas problemáticas psicológicas, tanto en el propio ámbito terapéutico, como en el desarrollo integral de la persona.

La música es un fenómeno ligado al desarrollo de las funciones psicológicas superiores. La participación musical activa puede tener efectos beneficiosos en el funcionamiento cognitivo, ya que se asocia a un volumen de actividad cerebral sostenido, y la activación de redes neuronales implicadas en funciones superiores como el pensamiento, el procesamiento del lenguaje o las emociones, lo que puede mejorar el rendimiento en tareas cognitivas, el funcionamiento de la memoria. Como forma de creación musical, el DJing y la producción de EDM implican la puesta en marcha de habilidades y procesos creativos únicos que pueden generar beneficios psicológicos ligados a dichos procesos psicológicos superiores. Estas actividades requieren concentración, memoria y flexibilidad cognitiva para, por un lado, explorar de manera creativa a través de la música creada por otras personas, lo que a menudo implica sumergirse en diversos géneros musicales, y por otro, expresar a través de la mezcla las emociones que se han experimentado y se quieren trasladar al público. En este sentido, el DJing moderno puede tener beneficios psicológicos ligados a la rehabilitación cognitiva, la mejora de la memoria, las habilidades motoras, la atención, el procesamiento visual o las funciones ejecutivas.

DJing y bienestar psicológico

La investigación sobre los beneficios de la música ha encontrado que esta tiene efectos positivos a nivel neuronal, es decir, en el sustrato biológico de la conducta humana. Por ejemplo, se ha observado que influye de manera positiva en la química del cerebro, con el aumento de hormonas vinculadas al

placer como la dopamina, y la activación de regiones cerebrales vinculadas al sistema dopaminérgico. También puede reducir los niveles de cortisol, la hormona del estrés, con una mejora de la respuesta fisiológica ante este. Aunque menos explorado en DJs específicamente, se sabe que la música social, como en eventos de música electrónica, puede aumentar la liberación de oxitocina, la hormona relacionada con la confianza, la vinculación social y la reducción del estrés. En el contexto de la música electrónica, se ha observado que este género tiene la capacidad particular de reducir el estrés y la ansiedad al desencadenar la liberación de neurotransmisores asociados con el placer y la regulación del estado de ánimo, como la dopamina y la serotonina.

La música dance electrónica, el género principal para muchos DJs, ha sido relacionada con la mejora de la salud mental, y es un género al que algunos recurren cuando se sienten deprimidos. Los ritmos repetitivos y los patrones rítmicos del EDM pueden crear calma y relajación, actuando como meditación auditiva. Puede reducir los síntomas de ansiedad y depresión y mejorar la calidad del sueño. Los profesionales de la salud también reconocen el potencial del EDM para mejorar la salud mental. Un estudio reciente reveló la capacidad única de la música dance electrónica para mejorar la salud mental, con seguidores y profesionales de la salud reconociendo su impacto edificante.

En un estudio con DJs amateurs se señala que la práctica del DJing de manera regular es percibida por las personas como una actividad altamente gratificante y desestresante, una actividad con connotaciones terapéuticas que permite desconectar de la realidad a través de la conexión total con la música, tranquilizarse y liberarse emocionalmente durante y después de mezclar música. Escuchar música, una parte central del DJing, está significativamente asociado con niveles más altos de felicidad. Un estudio que examinó la asociación entre escuchar música en casa y el bienestar subjetivo encontró que escuchar música con frecuencia se asociaba significativamente con niveles más altos de felicidad. Y no sólo con la propia actividad de DJing, sino que la propia planificación y anticipación de las sesiones puede tener un efecto positivo en el manejo del estrés.

> *"Cuando tengo un tiempo libre, me pongo a pinchar y soy otra persona, en el momento en el que pincho soy otra persona, mi mente es más feliz, mi cuerpo es más feliz, noto una energía súper diferente. Y puedo tener una movida que te cagas al mediodía, que voy a pinchar, y luego voy a cenar con mis amigos, y en la cena va a ser todo súper tranquilo. Voy a estar tranquilo, voy a ir y ya está, ya he soltado. Igual cuando estás en un momento un poco malo que tienes una bronca con los padres, con la novia, con los amigos, me pongo a pinchar y te lo juro que, en esas dos horas de pinchar, luego no te digo que a la noche no me vaya a comer la cabeza, pero esas dos horas de pinchar te saca. Y eso es lo que me ha hecho y lo que me hará seguir pinchando hasta que me quede sordo o hasta que me muera."*

Este efecto de recompensa puede tener una dimensión social que veremos más adelante, ya que las reacciones positivas del público pueden intensificar dicho efecto a través de la retroalimentación

emocional. El lugar social que ocupa el DJ como facilitador de estados emocionales colectivos también fortalece su sentido de pertenencia, un elemento clave en la reducción del estrés desde una óptica psicosocial. Además, los DJs pueden experimentar momentos de fuerte subidón emocional y conexión con el público, con situaciones de *peak experience* que se vinculan a respuestas fisiológicas similares a los estados eufóricos inducidos por estímulos naturales. Para algunos, el DJing puede ser una liberación catártica, que proporciona una salida enérgica para liberar tensiones.

> *"A mí me ha dado movimiento en la vida, me ha dado felicidad, me ha dado un sentimiento de plenitud, de estar plena. A ver, a veces no es así, a veces hay momentos malos, pero la música en sí, lo que es la música y lo que haces al transmitir a la gente, y que esté en ese momento viviendo el presente, yo creo que es el objetivo de la vida. Y la música electrónica y este tipo de eventos facilita eso, que la gente se una en un sitio, que esté presente ahí, y que conecte de alguna manera, Y el hecho de pinchar hace que de alguna manera se refuerce, se genere algún tipo de sentimiento de pertenencia colectiva."*

Participar en una pasión creativa y musical como el DJing puede elevar el estado de ánimo y reducir la ansiedad. El "subidón" de actuar ante una multitud puede liberar endorfinas y proporcionar un aumento de adrenalina, lo que contribuye a generar sentimientos de felicidad. Tocar la música que uno ama y compartirla con una audiencia de gustos similares puede conducir a una experiencia de DJ verdaderamente feliz, en contraste con tocar música únicamente para complacer a otros. En este sentido, mantenerse fiel a la propia pasión musical en el DJing puede prevenir el agotamiento y reavivar el amor por el oficio.

Esta sensación puede observarse desde el concepto de *flow*, como un estado óptimo de experiencia caracterizado por atención total, pérdida de la autoconciencia y sensación de control. Los DJs a menudo reportan estados de *flow* durante sus sesiones, lo cual se ha asociado con reducciones del estrés y una mayor percepción de bienestar. El estado de flow actúa como un modulador emocional que reduce la ansiedad y proporciona placer intrínseco. Los DJs a menudo describen una experiencia profundamente espiritual o la sensación de que las pistas se eligen solas cuando están en *flow*, una experiencia óptima asociada con efectos positivos en el bienestar subjetivo y el aprendizaje.

La naturaleza enfocada y concentrada del DJing también puede fomentar la atención plena o mindfulness. El proceso de investigar y preparar listas de reproducción, dominar la tecnología y las habilidades musicales, y construir una conexión con el arte, puede aquietar la mente y proporcionar una estructura que apoya los objetivos de mindfulness. Esta concentración en la música y la mezcla durante una sesión puede tener un efecto profundamente relajante en la mente.

Además de facilitar la expresión emocional, el DJing también puede desempeñar un papel importante en la regulación del estado de ánimo. La concentración intensa que se requiere al mezclar música a menudo dificulta pensar en cualquier otra cosa, proporcionando un alivio temporal de las

tensiones de la vida cotidiana. Para muchos DJs, tocar los *decks* se convierte en una de las mejores maneras de desconectar y relajarse.

El DJ como miembro del mundo del arte

Durante el desarrollo de la EDM en tanto espacio sociocultural, el papel del DJ ha evolucionado de manera notable, pasado de ser un mero reproductor de discos a un músico que participa de manera activa en la creación de experiencias sonoras. El DJing implica mucho más que simplemente poner canciones de manera sucesiva; se ha convertido en una actividad de participación musical que abarca desde la cuidadosa selección de pistas y la habilidad para mezclarlas de manera fluida, hasta la manipulación del sonido en tiempo real para crear una experiencia cohesiva y atractiva. De este modo, podemos decir que el DJing se ha convertido en un ámbito artístico dentro de la música, aspecto sobre el cual no existe un consenso social generalizado, ya que en los sectores más alejados de la electrónica todavía puede percibirse al DJ como alguien que pone canciones y no como alguien que realiza una actividad artística.

El DJ actúa como un creador musical, seleccionando y organizando bibliotecas musicales desde las que elabora narrativas sonoras, lo que requiere de cultura y conocimiento musical, además de habilidad para hacer lecturas apropiadas del estado del público, y capacidad de adaptación al mismo. Desde las distintas formas de manipulación y construcción de melodías sonoras, podemos situar a la persona DJ como un músico activo en el sentido más amplio de la palabra.

En el plano de la creación y la expresión artística, uno de los beneficios psicológicos clave de ser DJ radica en el potencial que tiene el DJing como vía para la expresión emocional. El vasto abanico de subgéneros de la música electrónica, así como el control de elementos musicales permiten al DJ encontrar ritmos y melodías desde las que mostrar sus propias emociones, y transmitir un mensaje específico o una experiencia emocional particular para su público. Algunos DJs incluso describen cómo sienten que juegan con las emociones de su audiencia, guiándolos a través de un viaje emocional a lo largo de su set. En esencia, la música, y por lo tanto el DJing, ofrece un medio para expresar emociones complejas que a menudo resultan difíciles de articular verbalmente.

> *"El ver a la gente como parte del hecho de hacer la música. Cuando haces la composición, cuando creas la música, el hecho de que la gente la escuche, lo que siempre he intentado es transmitir algo como muy sentimental... pinchar y sentir las frecuencias, ¿sabes?el sentir las frecuencias y esas cosas es algo que me impacta mucho y que quiero transmitir. Y a la hora de hacer yo, quiero transmitir eso al público."*

La investigación respalda la idea de que la música, en diversas formas, puede utilizarse para la autorregulación afectiva, ayudando a las personas a crear, cambiar o mantener sus estados emocionales, estados de ánimo y niveles de energía. Así, el acto de DJing puede proporcionar una liberación catártica. Cada mezcla, cada *drop,* y cada gesto enérgico pueden servir como una

liberación emocional para el DJ. Para algunos DJs, pinchar música se convierte en una forma de canalizar emociones complejas, proporcionando una salida saludable para sentimientos que de otro modo podrían permanecer reprimidos.

La música electrónica se ha destacado por su versatilidad como lenguaje emocional; los ritmos, *beats* y melodías que componen este género influyen profundamente en las emociones que experimentamos al escucharlo. Así, el DJ actúa como un intérprete y comunicador de emociones, en un espacio seguro para la liberación emocional a través del movimiento, lo que es fundamental para el arte del DJing en tanto expresión que conecta con un público que expresa los sentimientos que les genera la música a través del baile.

El desarrollo del Yo

Formar parte de actividades placenteras ligadas al arte y el ocio, como el DJing, puede asociarse con estados psicosociales positivos, y con una mayor sensación de satisfacción y compromiso con la propia vida. Estas actividades placenteras pueden tener un efecto "restaurador", y contribuir a que las personas puedan generar recursos para reponerse de los contratiempos cotidianos y recuperarse del estrés.

A nivel de la construcción y el desarrollo del propio sujeto, el DJing es una actividad artística que favorece el crecimiento personal a través de la exploración de nueva música, técnicas y espacios sociales, a través del autodescubrimiento de nuevas facetas personales ligadas a lo musical, pero también a lo comunitario, un proceso de exploración que puede conducir a una mayor autoconciencia y plenitud. Los músicos a menudo informan que sus aspiraciones profesionales les brindan alegría, plenitud, autorrealización y autoconfianza ligadas a esta cuestión.

En el transcurso de la carrera como DJ, las personas perciben el desarrollo de distintas facetas de su personalidad, experimentan nuevas habilidades sociales, desarrollan conocimientos sobre el mundo de la noche en general y de la música electrónica en particular, entienden la industria de la música de una manera más amplia y compleja. Todo ello se produce a través de la experiencia, las vivencias, y la interacción humana en el ambiente de la electrónica.

Un elemento que se liga al desarrollo personal ligado a la creación artística es la búsqueda de nuevas metas. Perseguir metas relevantes para la propia persona, como adquirir cada vez mayores habilidades como DJ, alcanzar mayores cotas de calidad musical, o actuar de manera eficaz delante el público, puede dar una sensación de logro positiva, y generar sentimientos de orgullo en relación al propio trabajo. Esta búsqueda puede motivar a las personas a trabajar arduamente para lograr mayores éxitos y mejor rango social, ya que los logros como DJ a través de actuaciones exitosas pueden conducir a un mayor estatus social dentro de la comunidad musical. En este punto, es importante diferenciar aquello que podemos llamar el "orgullo auténtico", un mecanismo de auto superación asociado a la confianza y el logro, y relacionado con un perfil de personalidad saludable y prosocial, del "orgullo arrogante", que implica arrogancia y se asocia con rasgos negativos.

> *"Para mí es satisfacción creativa, o sea, auto-picarme, auto-retarme. Es decir, tú crees que esto puede sonar bien, es un auto-reto, es una especie de auto-superación. Como que te pones tú mismo tus peldaños. Te haces tú mismo tu escalera, y de alguna manera, a través de la creación artística te construyes, o sea, es construir tu propia agencia, digamos, determinarte a ti mismo. Y de ver cómo tú, con tus capacidades, puedes ir logrando objetivos cada vez mayores."*

En dicho desarrollo como DJ, alcanzar cada vez mayores cotas de calidad musical influye de manera apositiva en la confianza sobre sí mismo. Tener una buena educación musical y aplicarla tocando un instrumento musical, de forma similar a aprender a ser DJ, se ha relacionado con el placer, la creatividad y el apoyo social ligado a las actividades relacionadas con la música, las cuales influyen positivamente en la autoconfianza. Por otro lado, aprender y dominar las habilidades de DJ puede mejorar la autoeficacia en el dominio musical, es decir, la creencia en las propias capacidades para alcanzar las metas propuestas.

A medida que los DJs desarrollan sus habilidades y ven resultados positivos (por ejemplo, mezclas fluidas, audiencias involucradas), es probable que su autoeficacia en sus habilidades musicales aumente. Una alta autoeficacia promueve el compromiso con el cambio, el establecimiento de metas desafiantes y la persistencia a pesar de los obstáculos. Experimentar *flow* en el DJing también puede mejorar la autoeficacia al proporcionar una sensación de control y dominio. La sensación de estar "en la zona" mientras se pincha puede reforzar la creencia en las propias habilidades. A medida que los DJs ganan confianza y experiencia, es probable que su autoconcepto como músicos se vuelva más positivo, lo que mejora aún más la autoeficacia, y puede influir en un autoconcepto positivo que influya de manera significativa en el rendimiento y reducir la ansiedad.

El DJing abarca estos elementos, por lo que aprender a ser DJ y progresar a través de diferentes niveles de habilidad, puede proporcionar una sensación positiva de logro, lo que sugiere un potencial para aumentar la autoconfianza, especialmente a medida que se gana experiencia, se genera una confianza con el público, y se logra una retroalimentación positiva. Obtener reconocimiento social dentro de la comunidad profesional de DJs, de la industria de la música electrónica compuesta por promotores, *bookers* y salas, y el público en su conjunto, es una vía para garantizar la calidad del propio trabajo, y con ello, afianzar factores ligados a la auto-construcción, como la confianza y el orgullo sobre la propia aportación al ámbito.

> *"Yo sigo siendo una persona que viene de las artes y yo necesito tener eso sentirme realizada. Si yo no tengo eso satisfecho yo no estoy bien. Entonces a mí producir música, el estar creando, aunque sea pinchando, que no esté produciendo, el estar creando algo me da pura felicidad, me hace sentirme realizada y me hace sentir plena. O sea, yo necesito eso y luego ya ni hablar pues toda la dopamina que te está generando el estar pinchando para no sé*

cuántas personas, que la gente te diga que le ha gustado, sentir esas cosas. Es muy guay porque es como dar un poco lo que te han dado ya, y te pega mucho, y te da como mucho subidón. Te genera sentimientos de confianza en ti misma, te refuerza la autoestima de alguna manera."

La motivación artística, impulsada intrínsecamente por la realización estética, fomenta la participación en actividades orientadas estéticamente. El DJing es inherentemente una actividad artística impulsada por la pasión por la música. A diferencia de algunos artistas que atienden a la captación de audiencia, los DJs pueden mantener la integridad artística centrándose en la música que aman personalmente. Elegir tocar música que resuena con la propia "huella digital" artística es una forma de autodeterminación artística. El proceso creativo del DJing implica conceptualizar objetivos para una mezcla, seleccionar pistas que encajen, estructurar el set y progresar a través de la música, todo lo cual refleja elecciones artísticas.

Los DJs curan y mezclan pistas para crear experiencias auditivas y de baile únicas. El DJing puede verse como una forma de "composición en tiempo real" que implica la manipulación táctil del sonido y la expresión artística. De este modo, en este marco del desarrollo personal podemos incluir el desarrollo de la identidad artística. La música es una herramienta para fomentar la auto expresión de los propios pensamientos y sentimientos, por lo que el DJing se convierte en un medio para expresar.

"No expresas con palabras, pero hay cierta expresión emocional. Cuentas una historia y muchas veces cosas personales que te han sucedido, o cosas sobre cómo tú ves la vida, lo expresas mediante el DJing. O sea, tú cuentas como una historia. A mí me gusta mucho pasar de canciones donde hay muchas frecuencias altas, con luz, y luego vas al techno house que es más como bombo y bajo. Ahí demuestras a la gente los contrastes de la vida, a veces hay momentos más de luz y otros más de sombra, y yo realmente juego mucho con eso."

Los gustos musicales y la creatividad se plasman en la tarea de DJ a través de la capacidad de elegir y compartir música como forma de expresión, y a la vez, como forma de autodeterminación personal en términos artísticos. El DJing puede satisfacer necesidades psicológicas básicas ligadas a la autonomía y la competencia a través de la determinación de la selección musical, y la relación experimentada con el público y la comunidad musical. Esta cuestión está fundamentalmente ligada a expresar aquello que se quiere desde la mezcla y el estilo musical.

Con la música electrónica, la expresión de emociones y sentimientos y de cosas que pensamos, como no hay un texto, parece como que la expresión propia de lo que tú quieres expresar es como tú lo sacas. Por ejemplo, géneros más melódicos como el house o el disco, más efusivos, más tal, y géneros más introspectivos como puede ser el ambient o el experimental, o géneros

directamente de oscuridad como puede ser el techno, aunque el techno puede ser muy luminoso también, puede ser muy claro, puede ser muy emotivo también.

En la construcción de la propia identidad, con el paso del tiempo y la actividad más o menos sostenida como DJ, la faceta de DJ pasa a ser un factor central de la identidad de muchas personas, una parte muy importante de lo que son. Ser DJ o producir EDM condiciona la forma de ser, pensar y vivir, tanto si se hace desde una perspectiva profesional como semi-profesional.

"Es que la música electrónica me determina horarios, me determina relaciones, me determina contextos, me determina consumos. Me determina muchas cosas. Entonces, clar, nos afecta en nuestra identidad, obviamente. Yo no soy una persona que cuando tenía 17 o 18 años iba al monte muchos fines de semana, y ahora trabajo los fines de semana. No puedo ir al monte. Se me ha acabado eso. Si no hubiera estado música electrónica probablemente ahora igual sería un monitor de montaña. Ahora me definirías como mendizale. Sí, me determina mucho."

Al hilo de esta cuestión, se menciona la importancia del equilibrio entre el personaje DJ y las disintas facetas de la persona, ya que volcarse mucho en la faceta artística puede menguar el resto de elementos que constituyen la vida de una persona se pueden dejar en un segundo plano, y afectar al equilibrio y el bienestar psicológico general.

"Encerrada en mi estudio, me puedo pasar seis horas en el ordenador escuchando música nueva, produciendo, o no sé qué, y se me va la puta olla. Entonces, quiero ser full la XYX, y hay veces que si estoy más centrada, pues porque estoy súper motivada y quiero terminar un proyecto, y justo ahora ha salido un montón de música, y además tengo una pinchada importante, bueno pues es momento de invertir más tiempo aquí y ya está. Pero había otras épocas que estoy en plan healthy, y de repente no existe la XYX. Entonces no me come. Dices, joder, yo tengo muchas cosas que tengo que satisfacer."

La centralidad de la faceta como artista de música electrónica puede determinar el nivel de autoestima del artista, y por tanto, generar fuertes relaciones de dependencia por parte la aportación que se recibe del público y de la industria por el éxito musical. Esto puede generar formas de autoestima muy positiva pero también muy volátil.

"Yo creo que hoy en día hay que saber muy bien quién eres y dónde estás. Es decir, yo piso en el suelo. A mí me pueden decir que yo soy la puta polla y que mi álbum ha sido la hostia y que yo también soy muy guay. Y tienes cinco bolos fuera, y la autoestima nuestra depende de ese tipo de cosas, porque necesitamos ver cuál es la movida, y la dopamina que te dan los logros, la dopamina que te aporta el que te digan lo guay que eres. Que a mí también me lo aporta, pero es una trampa, tienes que tener cuidado. Porque como te enganches, estás jodido."

El DJing y la construcción de comunidad

Uno de los elementos más característicos de la EDM es la creación de una comunidad vinculada a este estilo musical, un espacio social donde se genera un fuerte sentido de pertenencia, en parte, debido a compartir la singularidad de la EDM. Esta construcción de comunidad se produce a través de sentir un vínculo con el propio movimiento artístico, y con las experiencias sociales que se generan en torno a él, experiencias que tienen que ver con la propia música, pero también con la vivencia emocional que se genera en los eventos de EDM. Los eventos de EDM proporcionan un espacio social donde las personas con intereses musicales similares pueden interactuar, compartir visiones y vivencias, conectarse a través de la experiencia compartida, y formar colectividades.

Unido a ello, se señala que la vinculación con la EDR tiene mucha relación con valores compartidos, como son la paz, el amor, la unidad y el respeto, lo que implica la vinculación con un tipo de cultura concreto. En este sentido, la EDM y el ambiente genuino que se genera en ella a través de lo sonoro y lo relacional, posee una notable capacidad para trascender barreras culturales y lingüísticas, sociales e ideológicas, fomentando un profundo sentido de unidad y conexión entre las que asisten a los eventos dirigidos por DJs, una conexión que puede caracterizarse de espiritual.

> *"Entendiendo lo espiritual como la conexión con algo, con una comunidad, con algo más grande, sin ningún tipo de explicación lógica. Es que se escapa de la lógica, pero a la vez es sumamente humano. Claro, es completamente personal y colectivo y vinculado a prácticamente nada que puedas ver. En este caso si hay algo que nos conecta, que es la música, pero yo creo que tiene como esa dimensión de conexión humana. Yo creo que ahí como que se quita el filtro a todo, quién eres, dónde trabajas, con quién te juntas. Y es como un momento de expresión tan humana, tan natural y tan colectiva, que además está limpia o exenta de matices religiosos, matices políticos. Llega un momento en que no sé si roza lo espiritual, no lo sé."*

Los DJs a menudo asumen un papel de liderazgo dentro de sus comunidades musicales, influyendo en las tendencias musicales, moldeando los gustos de la audiencia, y contribuyendo a la dinámica social general de la escena. Los DJs emergen frecuentemente como figuras influyentes dentro de sus comunidades musicales, guiando la evolución de los géneros, introduciendo nuevos sonidos y moldeando el panorama cultural de la música electrónica.

Tomando como referencia este marco, los DJs actúan como catalizadores de la creación y mantenimiento de comunidades, tanto en los espacios físicos tradicionales como son los clubes, eventos y festivales, como cada vez más en las plataformas en línea a través de transmisiones en vivo[32]. Estos encuentros ofrecen una valiosa oportunidad para la interacción social en persona, contrarrestando potencialmente los sentimientos de aislamiento. El DJing puede incluso ayudar a

construir una comunidad personal que se alinee con el estilo y la vibra del DJ, lo que a su vez puede generar una mayor confianza en sí mismo desde la inclusión social.

> *"Porque además luego te relacionas con otros DJs, haces amistad, como una burbuja divertida. Claro, que de alguna manera también te permite insertarte, ¿no? Sí, sí, sí. O sea, socializar, insertarte socialmente de alguna manera."*

La escena de la música electrónica y la comunidad de DJs en general proporcionan un entorno propicio para hacer amigos y socializar. Para muchos DJs, hacer música frente a una multitud es una forma poderosa de conectar con otros, compartir la alegría de la música y, posiblemente, superar la ansiedad y la timidez en situaciones sociales. La música, en este contexto, actúa como un catalizador para la conexión social y el apoyo, rompiendo barreras y uniendo a personas de diversos orígenes a través de un interés musical compartido. Los DJs, a menudo considerados el alma de las fiestas, tienen la capacidad de conectar a las personas a través del ritmo y la energía de su música. Sentirse valorado y apoyado por una comunidad puede mejorar drásticamente el bienestar mental de un DJ.

Así, la participación activa en la música, incluyendo la labor del DJ, puede generar mayores sentimientos de inclusión social, mejorar el autoconcepto en contextos sociales y contribuir al desarrollo de capital social a través de la creación de redes y relaciones entre pares dentro de las escenas musicales.

> *"Yo sí es verdad que me gustaba mucho conocer mucha gente, conocer gente nueva, luego me pueden caer mejor o peor, pero conocer, abrirme a conocer gente y eso es lo que me hizo pues animarme a seguir con esto porque también a seguir no con pinchar sino con organizar eventos porque me encontraba con gente que era muy amable, que era muy maja, y al final pues me sentí identificado con mucha gente que conocía."*

Ser DJ puede proporcionar a las personas un fuerte sentido de pertenencia a una subcultura o comunidad musical específica dentro del panorama más amplio de la música electrónica.[9] La pasión compartida por los sonidos y las experiencias únicas de la música electrónica, junto con el papel e identidad específicos de un DJ, cultivan un fuerte sentimiento de pertenencia para las personas involucradas. Los valores fundamentales de inclusión, libertad de expresión y la poderosa experiencia compartida de la música, crean un ambiente acogedor y de aceptación donde los DJs pueden sentir un fuerte sentido de pertenencia.

Los diversos aspectos del DJing, como actuar para una audiencia, interactuar con los fans antes, durante y después de las actuaciones, y colaborar con otros DJs y productores, contribuyen al desarrollo y al refinamiento de habilidades sociales. La naturaleza multifacética del DJing, que implica actuación, compromiso con el público y colaboración, proporciona un entorno rico para que

las personas desarrollen y mejoren una amplia gama de habilidades sociales, desde la comunicación y la empatía hasta el trabajo en equipo y la creación de redes.

> *"Y la música electrónica y este tipo de eventos facilita eso, que la gente se una en un sitio, que esté presente ahí. y que conecte de alguna manera y el hecho de pinchar hace que de alguna manera se refuerce de alguna manera o se genera algún tipo de sentimiento de pertenencia colectiva de alguna manera puede ser que vaya un poco por ahí si yo personalmente pues al ser introvertida he conectado muchísimo, me ha ayudado a abrirme muchísimo, a expresarme mejor, a conectarme mejor con las personas. Porque dices, pues ya soy como parte del grupo."*

Más allá de todas estas cuestiones, nos encontramos con la idea de que no existe una comunidad homogénea en torno a la EDM, sino una comunidad de comunidades, una anidación de comunidades en función varias cuestiones como el género musical, o aspectos ligados a creencias y valores.

> *"En la música electrónica hay diferentes creencias. Yo he estado en pinchadas de tecno que han podido ser súper queer por el tipo de tecno, pinchadas de tecno de otro tipo de tecno que hayan podido ser súper heteros, estuve por ejemplo un día en una pinchada súper freaky, todo lo que sonaba parecían ruidos de ordenador y toda la gente que había era súper freaky, parecía que todos leían manga. Hay tantos públicos como géneros en la música electrónica, yo creo que no hay como una tribu social de música electrónica más o menos homogénea, para nada, es una cosa muy difícil de explicar a la gente que no toque de ninguna manera la música electrónica en general porque a mí me pasa con mis amigas un montón, yo creo que sin querer en su cabeza me meten en el mismo saco que yo que sé mi abuela me dice un montón de veces tú como David Guetta y yo es que no tengo nada que ver con David Guetta no te puedo explicar lo lejos que estamos pero claro para ella todo es música electrónica pero la gente yo creo que no concibe la cantidad de géneros que hay."*

Claroscuros de *Ser* DJ

Un importante estudio sobre la salud mental entre músicos profesionales señala que más del 70% de los músicos independientes, una categoría que a menudo incluye a los DJs, experimentan ansiedad, depresión u otros problemas de salud mental. Los músicos son identificados como una población vulnerable que requiere estrategias de intervención específicas para la prevención de la salud mental. A modo de ejemplo, entre 2011 y 2015 en Inglaterra, músicos, actores y artistas fueron uno de los cuatro grupos ocupacionales con el mayor riesgo de suicidio, junto con trabajadores de la construcción y agrícolas.

En concreto, la música electrónica es reconocida por su capacidad para inducir una amplia gama de respuestas emocionales, desde la euforia y la excitación hasta la relajación y la calma. Estudios de neuroimagen han demostrado su impacto significativo en la actividad cerebral, activando áreas asociadas con la atención y el procesamiento sensorial, y se ha utilizado con éxito en musicoterapia para reducir el estrés, la ansiedad y mejorar el estado de ánimo. Sin embargo, detrás de esta fachada de euforia y conexión, se esconde una realidad compleja. Esta dualidad entre la música como fuente de bienestar y la profesión como generadora de riesgos laborales es una paradoja fundamental que merece una atención detallada.

Al enmarcar los desafíos psicológicos como "riesgos laborales", se logra una suerte de proceso des-estigmatizador, ya que dejan de considerarse únicamente como vulnerabilidades individuales, situándolos dentro de un contexto más amplio de salud ocupacional. Al centrarse en las condiciones de trabajo, como la estacionalidad y la inseguridad, se desplaza la narrativa desde las posibles deficiencias personales hacia los problemas sistémicos inherentes a la industria. Este enfoque puede fomentar una actitud más comprensiva y de apoyo para abordar la salud mental

dentro de la electrónica, y salir de las orientaciones individualistas del bienestar psicológico en el ámbito musical para poner el foco en cuestiones estructurales.

Estacionalidad, inseguridad laboral y precariedad

La precariedad laboral es una realidad actual muy persistente para los músicos y DJs. La falta de contratos fijos y la inestabilidad económica son desafíos diarios que muchos profesionales y semi-profesionales de la música enfrentan. Un ejemplo ilustrativo de esta inestabilidad es el despido repentino de DJs residentes con años de trayectoria, una situación común en un sector conocido por su falta de estabilidad. Esta situación pone de manifiesto la vulnerabilidad de los trabajadores en la industria musical, donde la estabilidad es efímera y las protecciones laborales son insuficientes.

> *"Amigos míos que tienen sellos discográficos, que quieren pinchar en no sé dónde, y lo están consiguiendo, pero hostia, hay momentos que no dan abasto. Ellos tienen su trabajo, tienen que estar en no sé dónde 40 horas semanales, y luego esa noche tienen que irse a Madrid. A pinchar el viernes nada más después de estar 40 horas trabajando durante toda la semana. Y no solo eso, sino que el sábado llega a casa y tiene que llamar a no sé qué masterizador para que le masterice un disco que va a sacar, hablar con artistas de Gran Bretaña, con artistas de Canadá, con artistas de Suecia, es una puta locura. Es que eso es una puta locura."*

Un retraso significativo en términos de estabilidad contractual y regulación laboral para estos profesionales. Esta inestabilidad y la angustia financiera resultante pueden tener un impacto muy negativo en la salud mental. La constante incertidumbre sobre si habrá trabajo el próximo mes o si se podrá pagar el alquiler puede "obstaculizar" la pasión por la música.

> *"Inestabilidad laboral incertidumbre laboral temporalidad, estacionalidad eso es lo que más pero me afecta psicológicamente mucho más eso que tener que viajar que la exposición al público me afecta mucho más eso que todo el resto la inestabilidad, el hecho de que no haya un orden como cuando trabajas en el cole eso es una de las decisiones potentes a tomar la música depende de modas de que lo hagas bien, de que lo hagas mal de que hablen bien de ti o no de factores muy externos tu puedes ser un titán trabajando e irte a la mierda."*

La precariedad laboral, caracterizada por la inseguridad y la incertidumbre financiera, actúa como un estresor crónico que socava el bienestar de los DJs. Esta situación puede llevar a sentimientos de impotencia y, en algunos casos, a la sobrecarga de trabajo para compensar la falta de seguridad, lo que a su vez contribuye al *burnout*.

> *"Yo tengo que estar cogiendo todo lo que pueda de enero a noviembre, todo, metiendo caña al cuerpo, curro, curro, y curro, ya no sólo de pinchar. Llega noviembre, miras atrás, y dices bueno ya he facturado no sé cuántos mil, me puedo relajar. En el puto mes de noviembre. De enero a noviembre es a cuchillo aquí, currar, todo lo que salga cogerlo. A ver todo lo que salga en cuanto a pinchar no, porque es una faceta artística y ahí tienes que saber qué cosas coger y qué cosas no coger, pero vamos."*

Esta naturaleza intermitente del empleo conduce a ingresos impredecibles debido a la fluctuante cantidad de contrataciones. Existe una sensación constante de precariedad, y la necesidad continua de buscar nuevas oportunidades para asegurar el sustento obliga a muchos a tener múltiples trabajos para poder subsistir. Esta tensión financiera puede dificultar el acceso al apoyo para la salud mental y a la adopción de hábitos de vida saludables. Además, la precariedad económica de ser DJ puede generar sentimientos de insuficiencia y culpa, especialmente cuando las normas sociales a menudo equiparan el éxito profesional con la estabilidad financiera. Esto puede llevar a sentimientos de baja autoestima, ansiedad y depresión, particularmente al compararse con personas en profesiones más estables financieramente.

> *"Ya me he pasado muchos años en la inestabilidad, sé lo que es, y no me atrae, no me atrae esa vida de un mes gano mucho dinero, otro mes, es que nunca sabes qué va a ser de ti dentro de no sé cuántos meses, es muy difícil planear. Simplemente ya no sabes ni dentro de seis meses qué fechas vas a tener cerradas, muchas veces te quieres ir fuera y no te puedes organizar. Luego el tema de dinero, luego el tema de si yo voy a pinchar viernes, sábado, domingo, o viernes en Milán, sábado en no sé dónde. Eso es un desgaste emocional y de salud que no estoy dispuesta a pasar por el hecho de poder pinchar. Y muchas veces, porque yo creo que tiene que ver un poco el tema del éxito".*

Para muchos DJs y productores, el sueño de vivir de su actividad artística choca con una industria compleja, caracterizada por la dificultad para profesionalizarse, es decir, para poder vivir solamente del DJing y/o la producción musical. Hay personas que en el camino renuncian a muchos elementos de la propia vida, tales como mayores ganancias económicas en otros sectores labores, mejores condiciones de vida en otros lugares, o la posibilidad de desarrollarse profesionalmente en otros ámbitos, con el objetivo de poder dedicarse únicamente a la música.

> *"Siempre digo que es como mi vía de escape y mi trampa a la vez. Pasan las dos cosas a la vez. Prefiero que sea así y no que sea solamente un hobby. Quiero tener el 100% del tiempo, el máximo tiempo posible para poder aprender y compartir, y dedicarle todo a esto. No quisiera tener un trabajo de 8 horas y luego, con los esfuerzos que me queden, o con la energía que me quede, aplicarlos a esto. Quisiera aprender el máximo posible, y todo el rato en los dos campos*

a la vez, DJ y producción. Son trabajos completamente distintos, no tiene nada que ver. Es como ser camionero y mecánico. ¿Qué te viene bien la una con la otra? Cojonudo, pero son trabajos completamente distintos."

Más allá de estos casos, y de manera general, la profesionalización en el sector para personas que no se profesionalizaron durante el boom de la EDM en Euskal Herria durante los años 90 y 2000, resulta una quimera. La visión de un DJ viviendo exclusivamente de sus sets y producciones es una imagen seductora, pero la realidad revela que, para la gran mayoría, sigue siendo inalcanzable debido, fundamentalmente, a la precariedad laboral y económica. La escasez de ingresos estables y suficientes obliga a muchos a diversificar sus fuentes de sustento, a menudo de maneras que no son su primera opción profesional. En estos casos, se mantiene el sueño de la profesionalización mientras se desarrollan otras actividades relacionadas con el DJing y la producción, dentro de la industria musical.

"Llevo tres años trabajando en la tienda, luego soy profe de producción, cuando toca de DJ, pues tocaba de DJ. Me he ido a Ibiza, a Barcelona, a Málaga, a Madrid. He ido tocando por diferentes sitios. Y sigo con eso. Tengo mi sello de vinilos. Yo siempre he querido trabajar y trabajar, o sea yo no quiero ser una superestrella. Para mí el éxito sería mi desarrollo personal, poder vivir de ello, no ser rico, pero poder vivir dignamente de ello, que sea tu trabajo o un trabajo desahogado, o sea, que los 1300 que estoy cobrando en la tienda, los 1300 los ganara pinchando, y el desarrollo personal que conlleve. O sea, el poder sacar un disco y no que sea el top 1, ni que lo pinche no sé quién, sino que haya salido."

Esta realidad muestra un escenario donde ser artista de música electrónica, en lugar de erigirse como la principal fuente de ingresos, se convierte en una vocación artística a tiempo parcial, sostenida por trabajos fuera del sector o actividades tangenciales. Ahora bien, esta imposibilidad de profesionalizarse se vincula a ciertas libertades creativas que la propia profesionalización puede mermar, por la propia presión de la industria a la que se sirve, por las condiciones con las que desarrolla la profesión, y sus implicaciones en relación a riesgos laborales. Además, en el trabajo creativo la industria no se detiene por las circunstancias personales adversas, lo que puede añadir una fuerte carga emocional a las propias vivencias.

"Yo soy una persona que me gusta hacer las cosas por gusto. Y cuando profesionalizas algo, el gusto se pierde. Y eso es algo que va de cajón. Si tú haces temas, o produces por gusto, vas a producir un tema al mes. O igual 20 al mes, porque estás en tu momento, porque te gusta. Pero si tú te profesionalizas y tienes tres sellos discográficos pidiéndote temas, o sacas tu sello, que tienes que sacar lo mínimo un tema, un álbum, un vinilo al mes para que la gente siga, para seguir estando ahí, eso es mucha presión. Y la vida sigue. Y igual hay un mes que te ha dejado

> *la novia y hay un mes que se te ha muerto algún familiar que no te apetece hacer nada. Y la industria no para."*

La inversión desproporcionada de tiempo y dinero frente a los escasos retornos económicos es otra fuente de frustración, pasando noches en el estudio, sin cobrar, sin pinchar, y gastando dinero. La recompensa, en estos casos, no es monetaria, sino emocional, era escuchar los temas producidos en locales habituales y con gente cercana. Esta dicotomía entre el esfuerzo y la compensación financiera demuestra una profunda pasión, pero también la aceptación de una realidad precaria.

La alternativa laboral: un ancla psicológica y económica

Frente a la quimera de la profesionalización exclusiva, el trabajo alternativo emerge como un recurso fundamental para la mayoría de los DJ y productores. Lejos de ser un signo de fracaso, esta segunda actividad se convierte en un pilar que les permite mantener su pasión por la música sin la asfixiante presión de la subsistencia.

La función principal de este trabajo alternativo es proporcionar estabilidad económica y seguridad financiera. Esta perspectiva destaca que la estabilidad económica es el cimiento sobre el cual pueden permitirse perseguir objetivos artísticos. Los ahorros y un sueldo fijo actúan como un colchón de seguridad, permitiéndoles afrontar la incertidumbre inherente a la carrera musical con menos ansiedad. Este alivio de la presión financiera permite una aproximación más orgánica a la búsqueda de bolos y proyectos, sin la necesidad de aceptar cualquier cosa por necesidad.

> *"No me paga el alquiler y menos mal porque si no ya me volvería loca ya, no te preocupas, ya no me preocupo tanto ya, pero si un día me tuviera que plantear vivir de eso sería una incertidumbre muy, muy tocha."*

Más allá de lo económico, la alternativa laboral ofrece un refugio psicológico y una protección para la integridad artística.

> *"Yo vengo del mundo de las artes y yo ya decidí que el arte es para quien tiene una salud mental de hierro... Yo ya estoy cansada de pasarlo mal. Y yo dije, yo quiero mi rutinita, yo quiero mi sueldito. Y ya luego todo demás disfrute y que sea disfrute de verdad. Y que no dependa de mi sueldo, porque si depende de mi sueldo, para yo vivir de esto, Entonces tengo que coger cosas que no me van a gustar, voy a tener que pasar por aros que no quiero pasar. Prefiero tener esa libertad y esa capacidad de poder elegir y puro disfrute."*

La alternativa laboral permite a los artistas decir "no" a los compromisos que erosionarían su pasión. Pueden ser selectivos con las oportunidades, priorizando aquellas que se alinean con sus valores y su estilo musical, evitando la frustración de tragar por necesidad. Esta capacidad de rechazar incluso

un evento importante por priorizar la conexión y el bienestar es un lujo que solo la estabilidad económica permite.

El trabajo alternativo también proporciona una estructura y disciplina que puede ser beneficiosa para el bienestar, ya que tener un trabajo estable da mucha estabilidad porque da seguridad y esto ayuda mucho. La rutina diaria ayuda a volver al día a día, a aterrizar después de la euforia del fin de semana. Esta posibilidad de desconectar de la burbuja del mundo artístico, evita que los absorba por completo. Una rutina, incluso si no es un trabajo, es vista como un antídoto contra los peligros de ser DJ.

Además, el trabajo alternativo puede ser una fuente de satisfacción personal y profesional en sí mismo, más allá de lo económico, permite la interacción social y la desconexión de la presión de la música, puede ser un contrapeso saludable, ayudando a tener los pies en un lugar más tranquilo. Proporciona una base estable que permite que la música siga siendo una pasión, y no una fuente de estrés constante. Incluso si se busca un trabajo relacionado, como la producción musical para publicidad, la clave es que no se convierta en una carga que destruye la ilusión. De hecho, algunos artistas buscan deliberadamente trabajos que no tengan tanto que ver con la música, o incluso un trabajo súper mecánico, para evitar la saturación creativa.

> *"Durante unos pocos años desde que llevo trabajando y he salido de la uni, siempre he pensado como, bueno, pues, ya que no voy a poder vivir seguramente al 100% de esto, voy a buscar algo que esté relacionado. Para por lo menos sentirme satisfecha creativamente. Después de tener esa experiencia, estando en algo bastante creativo, y sentirme como creativamente satisfecha en ese otro trabajo, me he dado cuenta que es bastante contraproducente. O sea, ahora mismo me gustaría tener, no te digo un trabajo súper mecánico, pero que no tenga tanto que ver, porque esa carrera creativa un poco me la destruye. Mentalmente te la absorbe. Porque me saturo."*

Por otro lado, la edad y la longevidad en la industria también son factores a tener en cuenta, ya que con una edad avanzada es difícil seguir el ritmo que impone el ser DJ. Este enfoque pragmático reconoce la realidad de una carrera que puede ser físicamente exigente y no siempre sostenible a largo plazo, haciendo de la alternativa laboral un plan de contingencia vital.

> *"Tengo 42, ¿tú te crees que voy a estar con 62 poniendo discos? Pues no, ya lo sé que no y el hecho de tener una salida laboral y profesional alternativa claro, si tengo un colchón fácil."*

Perfeccionismo y ansiedad escénica

La ansiedad escénica es un problema generalizado en el ámbito musical. Un estudio señalo que el 32.49% de los músicos encuestados reportaron haberla padecido en el pasado. La presión de las expectativas en las actuaciones públicas, al igual que la búsqueda implacable de la perfección, son factores de riesgo adicional que contribuye a esta angustia ligada a la exposición ante el público. Esta

autoexigencia extrema, combinada con las demandas externas de la industria y las críticas constantes, crea un ciclo en el que la valía personal del artista se vincula a un ideal inalcanzable, o a mantener una carrera ascendente y constante, lo que puede poner en cuestión la propia creación artística.

> *"La gente me decía que lo hacía bien, igual tenía una oportunidad, pero bueno, al ver que otras personas lo hacen mil veces mejor, invierten mucho más tiempo que yo en hacer lo mismo que estoy haciendo yo, pues ahí no te queda otra que dar un paso de lado y disfrutar de lo que otros hacen. Y en ese momento me di cuenta de que al final, para hacer cierto tipo de cosas tienes que pasar determinados filtros, y tienes que aceptar determinadas exigencias."*

Por otro lado, nos encontramos con distintos tipos de presión ligadas a la creación musical. Por un lado, está la presión de las tendencias generales de la industria cultural, de la industria musical, de lo considerado *mainstream* en el momento histórico. Esta presión de la industria por un determinado tipo de producto musical no es de naturaleza estática, sino que es dinámico, coyuntural, contingente, ligado a las demandas del momento. Además, se caracteriza por una dinámica general de consumo cultural de carácter compulsivo, donde prevalece la inmediatez y el utilitarismo de la cultura.

> *"Hay una presión hacia los artistas de música electrónica para hacer una determinada música electrónica para poder pinchar, yo no la siento, la verdad, nunca me dedicaría al cien por cien a pinchar si tuviera que sacrificarme en el estilo. Porque hay unos estándares que más o menos, o sea, es dinámico, pero sí hay unas fórmulas que se podrían hacer para vivir al cien por cien de eso, totalmente."*

Por otro lado, nos encontramos con la presión que genera la construcción de una propia identidad musical como DJ, y la necesidad de mantener esa identidad hacia el exterior, hacia el público y hacia la industria en su conjunto. Esta presión puede suponer un freno a la evolución musical, un bloqueo de la creatividad en la producción o en el DJing, un elemento externo que puede generar malestar psicológico.

> *"Yo creo que un DJ, o por lo menos yo, nunca paro de avanzar y de cambiar. Y eso me crea también un poco de miedo, no frustración porque yo estoy feliz pero a la vez es como una batalla porque estás todo el rato, a ver si a estas personas que vienen a verme aquella vez les gustó, ahora igual no les gusto, y te sientes como que les estás fallando. Pero a la vez es tu forma de pinchar, tampoco quieres fastidiar a los que te han contratado, pero tú vas avanzando, pero eso puede suponer también un bloqueo a la hora de crear. Soy la misma persona, y quieras o no hay algo siempre hay una raíz por la que tiras. Y yo creo que todos los DJs van a tirar siempre de algo propio, vas a tener algo en tu raíz."*

Competitividad

La industria musical es notoriamente inestable y competitiva, lo que genera una presión constante por ser *el mejor* que puede ser abrumadora para los artistas. Esta competitividad tóxica puede erosionar la autoestima y la confianza en uno mismo, contribuyendo al desarrollo de problemas de salud mental como la ansiedad y la depresión. La feroz competencia agrava la dificultad para consolidarse, y la sobre-oferta de talento significa que las oportunidades se fragmentan entre un vasto número de artistas, diluyendo las posibilidades de que un solo DJ consiga suficientes fechas bien remuneradas para subsistir. El mercado local tiene una capacidad limitada para absorber a tantos talentos a tiempo completo. A pesar de ello, encontramos algunos casos que plantean que no existe un alto grado de competitividad entre DJs, pero en muchos casos sí se plantea dicha situación.

> *"Yo creo que entre DJs, por ejemplo, yo no siento competitividad, no es un rollo de voy a intentar que a este le vaya mal para que a mí me vaya bien."*

> *"Es verdad que hay otros intereses que son muy tóxicos, como puede ser, pues eso, el interés del estatus social, de te quiero al lado mío y el día que esté yo a lado tuyo, tranqui, que te voy a pisar. Ahora te doy la mano, te voy a pedir ayuda para ponerme a la misma altura que tú, pero en el momento que tengamos que darle la mano al de arriba, como haya una mano y seamos nosotros dos, voy a intentar engancharme yo y te quedas tú aquí."*

Uno de los aspectos que pueden condicionar el grado de competitividad es la falta de espacios para pinchar. En algunos casos se plantea una relación lineal entre falta de espacios y competitividad, pero en otros se señala que en ciudades con mayor oferta cultural de música electrónica, hay más presencia de personas que se dedican de manera profesional o semi-profesional al DJing, por lo que pueden darse mayores niveles de competitividad en lugares con mayor oferta que en lugares donde la oferta es menor.

> *Una ciudad más grande tiene más discotecas, pero hay más gente, más competitividad. ¿El hecho de que haya menos sitio genera más competitividad? Para nada, porque al final en sitios más grandes hay más discotecas, hay mucha más gente que pincha, mucha más gente que quiere pinchar y que quiere un hueco... En un momento me iba a ir a vivir a Barcelona, podría haber conseguido más cosas, pero igual me hubiera costado el doble porque también hay muchos artistas. La oportunidad de que tú al estar en una ciudad más grande donde hay más oferta, hay más demanda, hay más competitividad, pero también generas más lazos, porque hay más artistas. Genera más relaciones, conoces a más gente.*

Dependencia de las redes sociales

La presión de mantener una imagen pública y enfrentar críticas constantes en redes sociales puede afectar significativamente la salud mental de los músicos. Un estudio señala que el 61% de los DJs emergentes creen que la presencia en redes sociales ahora supera la habilidad musical en importancia, lo que añade una capa de estrés y autoexigencia. La desconexión entre la habilidad musical y el éxito en la era digital es una fuente profunda de tensión psicológica. Cuando el valor de un DJ se mide por métricas superficiales como los seguidores en redes sociales, el esfuerzo dedicado a perfeccionar el arte musical se devalúa. Esto genera sentimientos de injusticia y desmotivación, ya que la pasión intrínseca por la música se ve socavada por objetivos extrínsecos y a menudo arbitrarios. El resultado es una ansiedad constante por el estatus y el miedo a "quedarse atrás", independientemente del talento real.

> *"Sí que veo esa cierta tendencia que la gente valore si eres popular o no según tus cifras de redes sociales, y ahí sí que caes a veces tontamente, dices hace mucho que no subo ninguna foto a redes. Es como la presión de tener que tener como la imagen pública en Instagram y todo ese tipo de historias porque luego es verdad que muchas veces se nos contrata en función de eso. A me ha pasado una vez en Madrid este año, no me han contratado por los números de las redes sociales."*

La industria recompensa la novedad y la constante producción, lo que fomenta el exceso de trabajo y la ansiedad por mantenerse relevante en redes sociales. Esta presión puede llevar a un "sobreesfuerzo serial. La comparación con otros DJs, especialmente aquellos que están un paso por delante o que empezaron al mismo tiempo, puede ser un gran disparador de ansiedad y *status anxiety*. Cuando la autoestima de un artista está ligada a su música, la retroalimentación negativa o la baja interacción en plataformas digitales pueden llevar a sentimientos de inutilidad y un espiral de auto-desprecio.

La introducción de las redes sociales ha incrementado la importancia de la creación de un personaje DJ, de un alter ego musical que el artista tiene que construir de manera continua, y exponer a través de las redes. Esto hace que las tareas del artista vayan más allá de los estrictamente musical, y tengan que encaminarse a construir una imagen que le garantice tener un seguimiento en redes que le facilite la posibilidad de ser contratado.

> *"El éxito social a nivel general tiene mucho que ver con el mundo digital, las redes sociales. Eso que influye a la hora de contratar. Es que encima lo puedes medir con números. Se busca mucho el éxito desde ese sitio. Pregúntale a cualquier promotor a ver si para él es importante cuántos seguidores tiene un artista a la hora de contratar. Tú vas a contratar y contratas porque si este tiene 3 y este tiene 15 seguidores, evidentemente este me puede meter más gente en la sala que este. Que lo entiendo, ¿eh? Pero claro, incluso tú puedes contratar sin escuchar lo que estás contratando, y eso está pasando y genera malestar."*

Nocturnidad y alteración del ritmo circadiano

La vida útil percibida de una carrera como DJ en el circuito nocturno es un factor de preocupación. Pinchar y la vida nocturna desgasta muchísimo. Al final, los artistas top de 30 para arriba, la gran mayoría están cansados. Es muy difícil seguir toda tu vida pinchando. Las exigencias físicas y sociales de la vida nocturna hacen que muchos duden sobre la sostenibilidad a largo plazo de esta profesión, especialmente a medida que envejecen. La energía y la juventud, atributos a menudo valorados en la escena, plantean interrogantes sobre cómo se mantiene una carrera profesional a lo largo del tiempo.

Los DJs trabajan en horarios que alteran el ritmo circadiano, lo que tiene múltiples efectos negativos sobre la salud física y mental. La privación del sueño es el indicador más significativo de depresión y ansiedad entre los artistas de música electrónica, incluso más que el abuso de drogas o la ansiedad escénica. El régimen de trabajo que implica trasnochar y trabajar muchas horas es característico de la cultura de la música electrónica, contribuyendo a la sensación de aislamiento, soledad, agotamiento físico/mental y privación del sueño. La nocturnidad inherente a la profesión de DJ crea un ciclo vicioso con la salud mental.

> *"Sí, de hecho, ahora tengo 30 años, te diría que hasta que cumplí los 26 o 27 no conseguí regularizar el sueño. Ahora que me encuentro en un punto de puta madre, lo llevo mucho mejor, tanto el sueño como todo. Me marco mis horarios, yo soy muy metódico con esas cosas."*

Soledad en cabina y aislamiento social

A pesar de estar rodeados de gente en clubes y festivales, la cabina del DJ puede ser un lugar muy solitario. Esta *soledad del DJ* es un tema reconocido en la profesión. El ritmo de viajes constantes y las pocas horas de sueño contribuyen a una profunda sensación de aislamiento.[16] Los músicos a menudo ensayan solos durante horas, actúan y regresan a habitaciones de hotel vacías, lo que es "extremadamente aislante".[16] La falta de una comunidad estable y la distancia de los seres queridos dificultan la formación de conexiones significativas y el sentido de pertenencia.[35]

> *"Pasas de estar como de subidón y luego a veces sí que te da esa sensación de vacío, de joder, estoy contenta pero me siento súper vacía. Porque de repente has estado súper arriba y de repente estás sola pero realmente no tienes con quién disfrutarlo. Y muchas veces estás ahí viendo los vídeos que ha subido la gente a las redes sociales y dices, ha pasado, ha pasado. Pero claro, es algo que ha sido algo muy grande. pero como muy efímero y de repente lo recuerdas. ¿Pero ha pasado de verdad o no? Porque te sientes tan vacía. Y de repente, ¿por qué estoy feliz? Qué raro, estás sola y no lo puedes comentar, porque si has ido a un bolo con*

otra, y los dos lo habéis pasado puedes estar diciendo que estuvo muy guapo ¿te acuerdas de cuando pasó tal cosa? Pero no, estás sola."

La soledad que experimentan los DJs, a pesar de operar en entornos socialmente saturados, es una forma de aislamiento emocional y social que se produce, en algunos casos, como consecuencia de las interacciones superficiales de la industria. La naturaleza transitoria de las giras, la necesidad de mantener una fachada de rendimiento, y la difuminación de las líneas entre la vida laboral y social, contribuyen a la falta de un apoyo social significativo y estable. Este tipo de soledad, que puede pasar desapercibida o ser minimizada, es particularmente insidiosa y puede llevar a un sentimiento de aislamiento más profundo que la soledad física evidente.

El marcado contraste entre la intensa interacción social durante una actuación y el posterior aislamiento puede amplificar los sentimientos de soledad y contribuir a la desregulación emocional en los DJs. El cambio repentino de un estado de alta estimulación y conexión social a la soledad puede ser brusco y emocionalmente agotador. Esta rápida transición puede dificultar que los DJs regulen sus emociones y puede exacerbar los sentimientos de soledad y vacío.

La compleja relación entre la EDM y el consumo de drogas

La cultura de la industria, que a menudo tolera o incluso promueve el consumo, dificulta que los individuos reconozcan y rompan estos patrones destructivos. La música electrónica y su evolución ha estado ligada a las drogas. Desde los orígenes de la cultura *rave* hasta los macrofestivales actuales, la relación entre la música electrónica y las sustancias psicoactivas ha sido una preocupación social y un tema de constante debate. La relación entre EDM y consumo de drogas es una cuestión compleja, ya que el propio consumo de drogas es un fenómeno dinámico y multifactorial, y que no podemos hablar de una única escena de EDM a nivel mundial, ya que hay que tener en cuenta la diversidad de géneros, eventos y culturas que en ella se pueden ver representadas. Además, la disponibilidad de las drogas, las políticas de prevención, las tendencias sociales y la percepción del riesgo influyen directamente en los patrones de consumo. A menudo, las sustancias se utilizan como un "arreglo rápido" para combatir la ansiedad escénica o para disociarse de sentimientos negativos como el estrés, la frustración, el aburrimiento o la falta de sueño.[16] Las intensas presiones de la profesión (ansiedad, estrés, soledad, privación del sueño) llevan a los DJs a buscar un alivio inmediato.

Cuando hablamos del consumo de drogas en eventos y discotecas de EDM, la droga que a menudo viene a la mente es éxtasis, históricamente asociada a la cultura *rave* y la cultura de club. Sin embargo, aunque el MDMA sigue siendo prevalente, el panorama del consumo va mucho más allá, con mayor variabilidad en el consumo, desde menores niveles hasta patrones de policonsumo, es decir con consumo de distintas drogas de manera secuencial.

En relación a si el consumo de drogas ha aumentado o disminuido en los eventos de música electrónica, la evidencia sugiere una imagen compleja, con variaciones por región, tipo de evento y tipo de droga. Hay indicios de una estabilización o incluso una ligera disminución en el consumo de algunas drogas tradicionales en ciertas poblaciones y entornos, como la estabilización o disminución en el consumo de éxtasis entre los jóvenes, pero sin embargo, la aparición de las Nuevas Sustancias Psicoactivas (NSP) y el policonsumo sugieren que, la problemática del consumo de sustancias en este tipo de eventos sigue siendo relevante. Lo que sí parece haber aumentado es la complejidad del patrón de consumo y los riesgos asociados a la incertidumbre de las sustancias.

> *"Siempre ese mundo ha estado muy unido a las drogas, y yo creo que hoy en día el tema de las drogas ha bajado mucho. No lo sé, no soy experta, pero conozco mucha gente que sale de fiesta a sitios de música electrónica hasta las 6 de la mañana, que no se droga, ni se droga ni bebe. Y hay mucha gente que puede beber alcohol, pero muchísima gente que no se droga, la gente no está comiendo MDMA. Para los chavales de hoy en día la electrónica no es drogas, en la electrónica hay gente que se droga y hay gente que no se droga pero no es el rollo de los 90."*

En el caso que nos ocupa, encontramos con percepciones diversas sobre la prevalencia del consumo de drogas y su evolución. Algunas personas señalan que se ha mantenido, o incluso aumentado el consumo de drogas, pero en otros casos se señala que este consumo ha cambiado en los últimos años, e incluso décadas, no pudiendo equiparase al consumo de drogas en los años 90 y 2000, cuando la cultura de club estaba mucho más presente en Euskal Herria.

> *"Por mi contexto, te digo que sigo teniendo drogas a mi alrededor, no te diría el 100% de los fines de semana, pero el 80% de los fines de semana sí. Yo creo que según he ido creciendo ha ido aumentando el consumo de droga a mi alrededor, y creo que sigue aumentando el consumo de droga a mi alrededor."*

La figura del DJ en la escena de la EDM va más allá de la música, ya que también juegan un papel como figuras públicas y modelos a seguir dentro de la comunidad. La cuestión de si los DJs consumen drogas y cómo ha evolucionado este consumo es relevante por varias razones, incluyendo el impacto en su salud, su rendimiento y la percepción que se tiene de la escena.

La vida de DJ profesional, especialmente aquellos que giran internacionalmente, puede ser exigente y estresante, con horarios irregulares, viajes constantes, privación del sueño y la presión de mantener un alto nivel de rendimiento, factores de riesgo que, unidos al propio consumo en el entorno, puede generar el caldo de cultivo para el consumo de sustancias. De este modo, la presión para rendir al máximo, mantenerse relevante y cumplir con una agenda exigente puede ser factores que impulse el consumo de drogas entre los DJs. Además, la constante exposición a entornos donde las drogas son accesibles puede aumentar la probabilidad de consumo. Los promotores de eventos

y los managers también pueden, en ocasiones, contribuir a un entorno permisivo en relación con el consumo de sustancias. Estas pueden ser percibidas como una forma de lidiar con el cansancio, aumentar la energía, mejorar la concentración o simplemente como parte natural de la cultura de la vida nocturna, incluso, como consustancial a la propia cultura de club.

> *"Cuando me has preguntado eso es que he pensado, es que tampoco está tan alejado de la realidad, o sea, es una mala vida, te quiero decir, no estás durmiendo ni hostias, si encima estás viajando, estás consumiendo, o sea, al final, consumir en el trabajo. Porque además si coges como una costumbre de consumir mientras trabajas estás creando una dependencia brutal. Si yo pincho los viernes y sábados y suelo consumir viernes y sábados que ya después como no pues no vas a consumir o sea es que entonces no estoy tan alejado realmente."*

Hay un creciente reconocimiento de los riesgos para la salud mental y física del consumo de drogas. Algunos DJs han hablado públicamente de sus luchas con la adicción y han abogado por un estilo de vida más saludable. Esta mayor apertura podría sugerir una mayor conciencia de los problemas, lo que podría llevar a una disminución en el consumo problemático, pero también la discreción en el consumo podría haber aumentado, es decir, el consumo "fuera de la cabina", haciendo más difícil la comprensión de la situación.

> *"Parece como que hay como mucha relación de ser artista de música electrónica y el consumo de drogas. Para nada, hay que relativizarlo un poco eso. Yo creo que sí que es verdad que a las horas que se trabaja muchas veces, o sea, si conozco a gente que tiende a las drogas por aguantar o sea porque es que imagínate que te toca pinchar de 4 de la mañana a 7 o sea te mueres del sueño, pero no tanto en sentido lúdico."*

Independientemente de si el consumo de drogas ha aumentado o disminuido, se ha producido una mínima evolución en los últimos años hacia el enfoque de la reducción de daños. Este enfoque pragmático busca minimizar los riesgos asociados al consumo de drogas en lugar de simplemente prohibirlo. De hecho, se observa que ha habido cambios en la percepción del consumo de drogas en la cultura de la EDM, pasando de la experimentación desenfrenada a una orientación centrada en una mayor responsabilidad y seguridad, pero sin que ello conlleve la prevalencia del consumo de drogas en los eventos de EDM.

En el caso de los DJ locales, la mayoría señala que no consumen drogas, o que el consumo no está asociado al DJing como trabajo, aunque sea de naturaleza semi-profesional, sino a los propios espacios lúdicos. Además, hay una fuerte insistencia en la hipocresía existente en la relación entre EDM y consumo de drogas, ya que hay una presencia importante en espacios de ocio distintos a la EDM, pero el foco siempre se sitúa ahí.

> *"El problema que tenemos en España, solo con que leas el índice de dónde más se consume, uno de los sitios es en España, ya te está diciendo que es a todo tipo de ámbitos. Básicamente, sí. Pero ¿no se droga la gente cuando va al partido de fútbol o qué? Porque yo lo veo. O en un concierto rock. La gente se droga para ir a trabajar. Para ir a trabajar. Es que yo lo he visto al director de la sucursal del banco. Lo que pasa que aquí está el buenismo, la cultura del buenismo que siempre ha habido, del que dirán o no está bien visto. Pues dirán, a ver si van a decir que somos una sociedad drogadicta."*

La búsqueda y la gestión del éxito: un campo minado

La búsqueda del éxito en la música electrónica, más allá de una aspiración profesional, constituye un entramado complejo de tensiones personales, sociales y emocionales. En este marco, el éxito aparece no solo como un objetivo deseado, sino también como un campo minado emocional que puede producir desgaste, alienación e incluso sufrimiento mental. La industria musical contemporánea se caracteriza por su dinamismo, pero también por su inestabilidad estructural y su extrema competitividad**.** En este contexto, el artista no solo debe dominar el lenguaje musical, sino también mantenerse relevante en un entorno que demanda innovación constante y visibilidad permanente.

> *"Tienes que estar al día, crear, moverte, estar presente en redes. Si te desapareces dos meses, ya no existes. Tú puedes ser técnicamente buenísimo, pero si no te mueves en redes o no te vendes bien, no existes. Eso te puede matar por dentro."*

Esta presión constante puede generar ansiedad y frustración. La economía de la retroalimentación centrada en métricas como "me gustas", seguidores o visualizaciones, convierte a los artistas en trabajadores dependientes del algoritmo y de la validación externa. En relación con esto, cuando la autoestima se vincula estrechamente con el desempeño digital, las críticas, la indiferencia o la comparación con otros pueden producir espirales de auto-desprecio, como indican estudios recientes sobre el impacto psicológico de las redes sociales.

El éxito, si bien buscado, puede transformarse en una experiencia desestabilizadora. La fama puede producir una disociación interna entre el "yo público" y el "yo privado". Se puede instalar una tensión entre la imagen proyectada y la vivencia emocional real, generando lo que se ha denominado en la literatura especializada como una división del carácter.

> *"Sales a pinchar y todo el mundo te adora. Vuelves a casa y estás solo. Nadie te prepara para esa bajada. Si te enganchas a esa dosis de dopamina de que te reconozcan, estás jodido. Ya no sabes quién eres si nadie te aplaude."*

Esta adicción al reconocimiento puede llevar a trastornos psicológicos graves. La necesidad de mantener la máquina de la fama en marcha, obliga a muchos a sostener una fachada pública que

oculta malestar, cansancio o crisis personales. Algunos estudios revelan que los artistas más exitosos son, paradójicamente, quienes más sufren problemas de salud mental, precisamente por la constante presión de sostener una imagen idealizada.

> *"No solo tienes que hacer música. Tienes que estar en redes, en fotos, haciendo reals, comentando. A veces siento que soy community manager de mí mismo, no artista."*

La llamada fatiga de contenido afecta la creatividad y genera una sensación de vigilancia constante. La necesidad de publicar, responder, mostrarse feliz y exitoso, termina por construir una identidad ficticia que algunos describen como una "falsa persona". Esta disonancia entre vida pública e interioridad emocional genera aislamiento, duda, ansiedad y una creciente dificultad para establecer límites entre la vida personal y la carrera.

> *"Hay días que estoy mal, pero tengo que subir algo para que no piensen que me fui. Nadie muestra la parte jodida. Todos estamos actuando un poco."*

No menos importante es el impacto emocional del éxito que no llega. Muchos artistas cargan con expectativas propias o ajenas sobre dónde deberían estar, lo que puede transformarse en frustración crónica, desvalorización y sensación de fracaso. Esta comparación constante, alimentada por la estética curada de las redes sociales, alimenta una mentalidad donde solo hay dos opciones: triunfar o desaparecer. La consecuencia es una relación obsesiva con el objetivo del éxito, que convierte a la ambición en carga emocional y fuente de ansiedad.

> *"Tengo amigos que lo están petando, y yo me esfuerzo igual o más. Pero no llego. A veces me pregunto si vale la pena."*

A pesar de estas tensiones, muchos artistas reivindican caminos alternativos basados en la autenticidad, la autogestión y la resistencia ética**.** Para algunos, el éxito no es fama, sino coherencia personal, tener libertad creativa, disfrutar del proceso y construir comunidad en lugar de competencia.

> *"Para mí el éxito no es pinchar en Tomorrowland. Es sacar un vinilo con mi sello, que me represente. Y poder vivir de eso sin venderme."*

Estas posturas proponen una crítica al modelo hegemónico de éxito y abren la posibilidad de una carrera artística más sostenible emocionalmente, basada en vínculos reales, procesos lentos y objetivos personales en lugar de métricas externas. Estas cuestiones entroncan con una buena gestión de las expectativas para no generar frustración, y una gestión aterrizada del reconocimiento cuando llega, además de mantener la capacidad de disfrutar del mismo sin que haga que se abandone una perspectiva realista sobre el hecho de ser DJ.

"Hay gente que se frustra más y hay gente que se frustra menos, pero yo creo que frustrarte más o menos no depende de cuántas hostias te des, sino de tu personalidad. Hay gente que se da cinco hostias y sigue siendo una persona estable que dice: 'Bueno, yo voy a seguir trabajando y el año que viene saco otra cosa y seguiré construyendo'. Y depende de dónde te pones tú las metas. Si yo me pongo la meta aquí, pero si llego hasta aquí bien, y si no llego mal. Conozco casos de gente que se ha puesto la meta alta, no la ha conseguido relativamente por poco, o no la ha conseguido por ser irrealista, y se ha pirado a su casa, se ha vuelto al curro de la fábrica. Y gente que se ha conseguido recomponer, que sigue, que se ha establecido en la línea media del cartel, y que sus aspiraciones de ser primera línea pues ya no las tiene. Pero bueno todo el mundo quiere ser cabeza de cartel, ahí está a veces el problema."

Caja de Herramientas Psicológicas

Para hacer frente a los riesgos que se han mostrado anteriormente, el conjunto de voces de DJ y productores nos exponen una serie de recursos para gestionar la presión, la incertidumbre y las expectativas, los cuales son elementos indispensables para la sostenibilidad en esta carrera. En el corazón de la experiencia de los artistas reside una profunda necesidad de autogestión emocional. La pasión por la música es el motor, pero el camino está sembrado de obstáculos que pueden minar incluso el espíritu más fuerte, lo que revela la tensión constante entre la alegría de crear y la ansiedad generada por la exposición en redes sociales, la búsqueda de validación externa y la inestabilidad de las oportunidades laborales.

> *"La frustración es muy hija de puta. La frustración a nivel productivo, pero ya la frustración a nivel de a ver cuántos likes, no sé qué, igual no me han llamado. Entonces, no quiero entrar en esa rueda de hámster".*

La exposición pública, inherente a la profesión de DJ plantea sus propios desafíos. Se asegura que la exposición requiere de aceptar la imperfección y la conciencia de que no se puede complacer a todos, mecanismos psicológicos clave para protegerse de la crítica y la desaprobación. Mantener la perspectiva y no dejarse arrastrar por la necesidad de aprobación universal es una habilidad vital en un entorno donde la retroalimentación, tanto positiva como negativa, es inmediata y constante.

> *"Me la pela, porque yo sé cómo lo hago, nunca estoy pendiente. O sea, porque una cosa que tengo clara, que hay muchas veces que la peña no lo tiene, es que a todo el mundo no le vas a molar".*

La gestión de la soledad es otro pilar fundamental. La vida de un DJ a menudo implica viajes en solitario, largas horas en el estudio y la necesidad de tomar decisiones de forma independiente. Esta autonomía, si bien empoderadora, exige una fuerte conexión con uno mismo y la capacidad de ser su propio soporte.

> *"Tienes que aprender a estar solo y tienes que llevarte bien contigo mismo... tienes que ser vivo y confiar en ti y estar sola".*

La incertidumbre económica y profesional es una constante en la vida del DJ, por lo que en muchas ocasiones, los artistas generan mecanismos que buscan mitigar el estrés que genera la inestabilidad. La planificación financiera, y la construcción de una alterantiva laboral o profesional compatible o complementaria, se convierte en una herramienta para la paz mental, permite una mayor libertad creativa, y reduce la presión de aceptar trabajos que no resuenan con sus valores artísticos.

> *"la incertidumbre se lleva bien siendo plenamente consciente de la situación en la que estás todo el rato" encapsula una estrategia de mindfulness y aceptación. Combinado con la prudencia de "tener un colchón económico",*

Herramientas para el bienestar: terapia, deporte y conexión humana

Frente a estas presiones múltiples, los DJ y productores recurren a una variedad de recursos psicológicos y prácticas de autocuidado para mantener su equilibrio. La terapia, el ejercicio físico y el apoyo de sus seres queridos emergen como pilares esenciales. La terapia psicológica es un recurso fundamental y cada vez más valorado en la escena.

> "Es que yo creo que en esta vida es parte de la canasta básica ir a un psicólogo, ya no solo a nivel porque estés pinchando o lo que sea, sino por todo en tu vida, porque te da ciertas herramientas".

La terapia no solo ayuda a abordar problemas específicos, sino que proporciona herramientas de detección y gestión emocional que son aplicables a todos los aspectos de la vida. Aprender a identificar un problema es el primer paso hacia la resolución y el bienestar. Esto subraya la importancia de un compromiso a largo plazo con la salud mental y la capacidad de la terapia para ayudar a procesar experiencias difíciles, incluso aquellas no directamente relacionadas con la música pero que impactan en el bienestar general.

> *"Mucha terapia. Y deporte. Yo ya iba, ¿eh? Yo ya iba. Yo estaba muy pocas que también. Yo iba antes. Yo llevo yendo a terapia unos 10 años. Pero esto, claro, ya me tocó un montón de*

cosas. Y tuve que meterme a saco, a limpiarme. Cuando corté esa relación, empecé con el gimnasio, para desahogar todo me ha venido de locos. Para el estrés y para todo. Y es lo que mejor me está viniendo. Me marco mis horarios, yo soy muy metódico con esas cosas".

El ejercicio físico es otra herramienta crucial para gestionar el estrés. La actividad física se convierte en una vía de escape, una forma de liberar tensiones y mantener la estabilidad emocional. La disciplina del deporte también se traslada a la organización de la vida profesional. Por otro lado, la reflexión interna y la escritura son prácticas valiosas para procesar emociones y experiencias. La escritura permite objetivar los sentimientos, diferenciando entre lo que afecta negativamente y lo que aún genera disfrute en la profesión. Esta práctica de autoconciencia ayuda a re-elaborar las experiencias y a mantener el foco en la pasión original por la música.

"A mí me ha ayudado mucho escribir cómo me siento por las mañanas. Mira, esto me ha afectado este comentario. O esto que pasó ayer a la noche no me gustó, pero bueno, el otro lado sí que me gusta, el tema del DJ".

El apoyo de la red cercana es insustituible. Compartir las experiencias y las emociones con personas de confianza ofrece una perspectiva externa y nuevas ideas para afrontar los problemas. Además, esta red actúa como un ancla en momentos de euforia o de exceso de confianza. Esta capacidad de los amigos y la familia para mantener los pies en el suelo es un soporte psicológico colectivo que contrarresta los posibles efectos negativos de la fama o el éxito.

"Es importante hablar con la gente que quieres, que ha estado siempre ahí contigo y comentarles cómo te sientes, qué te pasa. Es necesario que la gente de tu red te diga dónde va. Si tienes buenos amigos, normalmente es como, venga, tú no te flipes, ¿sabes? Y dices, hostia, es la verdad".

Cuidar la pasión: establecer límites y volver a los orígenes

La sostenibilidad a largo plazo en la música electrónica depende de la capacidad de los artistas para proteger su pasión y evitar el agotamiento. Esto implica establecer límites claros y recordar por qué empezaron. La gestión del tiempo y la evitación de la saturación son cruciales. Esta reflexión subraya la importancia de la autonomía y la capacidad de decir "no" para priorizar el bienestar y las necesidades personales.

"En cuanto de repente estoy saturado de que tengo muchos bolos, cojo y corto. Porque también me cansa". La conciencia de los propios límites físicos y mentales ("tengo una edad

> *en la que ya no es como antes") lleva a decisiones conscientes de reducir la carga de trabajo. Este autocuidado es vital para evitar el burnout y mantener el disfrute."*

Volver a la esencia de la pasión es un ancla fundamental. Ante los miedos a perder el *flow* o la dinámica profesional, un DJ se recuerda a sí mismo que lo importante es la música, volver a lo que provoca placer y a los motivos por los que se empezó el camino. Esta reconexión con los orígenes y con el disfrute puro de hacer música, desvinculado de las presiones de la industria, es vital para mantener la motivación y el sentido de la carrera. La analogía de la "niña interior que quería hacer la música" ilustra la necesidad de proteger esa chispa inicial de la alegría y la creatividad. La evaluación crítica de las oportunidades también forma parte de esta protección de la pasión.

> *"El público que va no va a valorar la música; no les va a gustar lo que yo les voy a poner. Yo lo voy a pasar mal porque yo no voy a tener un buen feedback. No voy a tener una buena conexión con el público, y para mí puede ser un bolazo de la hostia. Pero si yo no tengo conexión con el público o el club, no me ha tratado un poco como con esa familiaridad. Yo para mí es un bolo de mierda, el peor bolo".*

Esta madurez emocional y la priorización de la conexión auténtica sobre el beneficio económico o la visibilidad es un signo de una profunda autogestión y un compromiso con la integridad artística. La capacidad de decir no a pesar del potencial alcance social o económico, demuestra una fuerte identidad profesional y un claro entendimiento de lo que nutre su bienestar.

Importancia de las redes de apoyo, el autocuidado y la búsqueda de ayuda profesional

Contar con un sólido equipo de apoyo, que incluya productores, managers, amigos y familiares, es esencial para el bienestar mental y físico de los DJs. Este equipo les ayuda a sobrellevar las apretadas agendas de las giras y a mantener la creatividad. La socialización es una necesidad humana natural; por ello, es importante hacer un esfuerzo consciente para mantenerse conectado y mantener una vida social sana, incluso cuando se está lejos de los sistemas de apoyo habituales. Las videollamadas pueden ser una herramienta útil para mantener el contacto con amigos y familiares. El apoyo de los compañeros puede ser muy beneficioso para la salud mental de los músicos, ya que compartir experiencias ayuda a darse cuenta de que "todos estamos en el mismo barco" y reduce la sensación de aislamiento.

En definitiva, el autocuidado es fundamental e incluye hábitos de sueño saludables, una alimentación balanceada, ejercicio regular, el desarrollo de habilidades para manejar el estrés, y la

práctica de la autocompasión. No hay vergüenza en pedir ayuda profesional cuando los problemas de salud mental son abrumadores o interfieren significativamente con la vida diaria.[17] La terapia puede proporcionar estabilidad a estilos de vida caóticos y un espacio regular y confidencial para compartir pensamientos y experiencias. Existe un consenso emergente en la industria musical de que algo va muy mal en relación con la salud mental de los profesionales del sector, lo que hace que la búsqueda de ayuda sea más crucial que nunca. Ahora bien, sin caer en la salida individual de problemas que son compartidos y colectivos.

Desafíos de Género

La música electrónica es un ámbito de producción cultural y artística con gran dinamismo y capacidad de innovación, pero a pesar de ello, no es inmune a las dinámicas sociales y de poder inherentes a la sociedad en general. En este sentido, la desigualdad entre mujeres y hombres, y entre personas más o menos alejadas de la normalidad sexual y de género, es un elemento elemental a tener en cuenta en el análisis de la realidad del sector, por lo que se vuelve indispensable añadir a este trabajo un breve análisis desde esta perspectiva.

Comprender la industria musical a través de la lente de género permite desvelar las estructuras subyacentes que influyen en el acceso, la representación, la seguridad y el reconocimiento de los artistas. La desigualdad de género en este sector no es un problema aislado, sino un factor sistémico que afecta la diversidad artística y, en última instancia, la sostenibilidad y la riqueza cultural de la industria en su conjunto. Si bien la música electrónica se presenta a menudo como un espacio de libertad y experimentación, la evidencia señala que persistente un infra-representación femenina, y una plena participación de mujeres y personas no binarias.

La infra-representación de mujeres en roles clave de la música electrónica es alarmante. Se estima que menos del 10% de los DJs y solo el 5% de los productores reconocidos son mujeres. Esta disparidad se agrava aún más cuando se examina la visibilidad en plataformas de consumo masivo. Un informe sobre la escena de la música dance en el Reino Unido reveló que solo el 5% de las canciones dance en las listas de éxitos fueron creadas exclusivamente por artistas femeninas o no binarias. La brecha es aún más pronunciada en la radio, donde menos del 1% de las pistas dance o electrónicas reproducidas fueron hechas exclusivamente por artistas femeninas o no binarias.

Estos datos son extrapolables a la realidad de la música electrónica en Euskal Herria. Si bien sería necesario llevar a cabo un análisis en profundidad sobre el porcentaje de mujeres y personas

no binarias en el sector, de las 382 artistas de música electrónica presentes en el portal Basque On Decks, solamente el 40 son mujeres, lo que representa el 10%.

Los festivales, que son escaparates cruciales para la visibilidad y el avance profesional, también muestran una disparidad significativa. En 2022, solo el 28% de los artistas en los carteles de festivales electrónicos eran mujeres o personas no binarias, porcentaje que se reducía al 15% en los festivales más grandes. Un aspecto particularmente revelador es que, de estas artistas, casi ninguna ocupaba puestos de cabeza de cartel.

Estudios sobre clubes europeos también confirman porcentajes consistentemente bajos de artistas femeninas en sus programaciones. Por ejemplo, en el primer semestre de 2019, Berghain en Berlín, reconocido por su diversidad, programó un 25.6% de artistas femeninas. Otros clubes parisinos como Concrete (16.5%), Djoon (11.6%) y Rex club (9.9%) mostraron cifras aún más bajas. Fabric en Londres registró solo un 8.1% de artistas femeninas, aunque este porcentaje aumentaba al 13.97% para fiestas exclusivamente electrónicas.

Esta dinámica implica una forma sutil pero poderosa de control sobre el acceso, que determina quién entra, quien se convierte en una estrella ampliamente reconocida, y quién permanece en la periferia, contribuyendo directamente a la escasez de modelos femeninos a seguir, un factor que, según la investigación, daña las aspiraciones y elecciones de carrera de las niñas.

> *"Realmente creo que fue una búsqueda activa de referentes, y no encontrar un referente que dijera, ah, vale. Yo creo que lo estaba realmente buscando, o sea, esforzándome en encontrarlo. Y no me apareció. Yo creo que la carencia que he encontrado es la falta de referentes, lo que me hizo empezar relativamente tarde."*

La falta de diversidad de género en la música electrónica no es solo una cuestión de justicia social, sino que también limita la innovación, la creatividad y la riqueza cultural del género. La industria pierde una inmensa fuente de ideas, sonidos y enfoques artísticos, ya que la diversidad de pensamiento, ideas, opiniones y elecciones que provienen de un grupo más diverso es crucial para la innovación. Al perpetuar una cultura homogénea, la industria se priva de las contribuciones únicas que las mujeres y las personas no binarias pueden aportar, lo que resulta en una escena menos rica, menos relevante y, en última instancia, menos innovadora. La ausencia de mujeres en las narrativas históricas dominantes no es un descuido accidental, sino una falta sintomática de reconocimiento durante sus períodos de actividad.

> *"Hay géneros que son, entre comillas, más femeninos o sea porque son más bailables, son más tropicales, más de cadera. Siempre se han considerado mucho más femeninos. Por ejemplo, los bombonegras, el tecno es mucho más hombre, más hetero. O sea, cada vez que hay una fiesta más electrónica, contundente, he dicho territorio hostil, pero en plan heavy, toda la primera fila son hombres, muchas veces sin camiseta, que dices, es que a mí me está sobrando todo esto. Hay tías que le dan una candela que flipas pero en términos generales tú ves si hay*

si la música es más melódica la que pincha las tías y menos dura o sea menos tecno y hard tecno. Pero es verdad que las tías que yo conozco son más melódicas."

La escena de la música electrónica, en tanto espacio tecnológico, ha sido históricamente percibida como un espacio de hombres. La investigación académica ha documentado la masculinización de la tecnología, esto es, la vinculación de la tecnología, su desarrollo y utilización con la masculinidad hegemónica, lo que ha excluido de manera a las mujeres de los ámbitos tecnológicos, asumiéndose que son menos competentes técnicamente en el manejo de equipos y software. Esta asociación cultural entre tecnología y masculinidad genera una barrera psicológica y una necesidad constante y agotadora de demostrar su valía, haciendo que el espacio sea inherentemente menos acogedor y más desafiante.

"Hace poco hicimos una cena 8 tías DJs en Donosti y fue muy gracioso porque hicimos al final de la cena una ronda de cuál es la mayor barbaridad que os han dicho mientras pinchabais... lo que más he sentido es por parte de equipos técnicos, o sea, que por ejemplo asumen que muchas veces he llegado con mi manager y piensan que él es el DJ, o asumir que no tienes ni idea de lo que hace un cable es como, tío, he estudiado ingeniería de audio, no me rayes."

Los factores que obstaculizan el progreso y bienestar de las mujeres en la industria de la música electrónica son multifacéticos, abarcando desde estereotipos profesionales hasta problemas de seguridad personal. Así, el primer estereotipo señala que son menos competentes técnicamente que sus homólogos masculinos, la gente duda si saben cómo funciona el equipo de DJ en comparación con los hombres [6]

Me han tomado menos en serio. Antes de que empieces a tocar, pues hay alguno que te hace el comentario de si sabes cómo van las ganancias, y todavía he oído eso, sí ya, que si hubiera sido un tío no te lo hubiera preguntado. Y una vez aquí en San Sebastián en un bolo, eran las cuatro de la mañana, y yo estaba haciendo mi sesión en el club, y de repente vino un tío medio así borracho, y a ver quítate de la cabina, que yo te enseño cómo se pincha. Si ven a un chico en la cabina, aunque haga eso mismo, no le van a decir quítate de la cabina que me pongo yo.

Presión sobre la auto-promoción y la representación visual

Además de la competencia técnica, las DJs femeninas enfrentan barreras significativas en la auto-promoción y la auto-representación, a menudo vinculadas a una excesiva atención sobre su apariencia. Esto refleja un énfasis abrumador en el aspecto de las mujeres en la cultura de la música popular, incluida la industria de la música electrónica. Históricamente, las mujeres han sido sexualizadas según estándares heterosexuales, lo que también encuentra un reflejo en la escena. Esta sexualización puede llevar a la idea de que las DJs femeninas son más comercializables si se

promocionan sexualmente, pero con el riesgo de que, si una mujer se viste de manera demasiado sexy, la percepción condicionada por los estereotipos de género señala que obtuvo contrataciones o éxitos solo por su atractivo.

Esta doble carga de la competencia y la apariencia es una manifestación clara de los sesgos de género en la industria. Las mujeres deben no solo demostrar su habilidad técnica en un campo que culturalmente las subestima, sino que también deben gestionar su imagen pública de una manera que equilibre la visibilidad necesaria para el éxito con la evitación de la sexualización que podría socavar su credibilidad profesional. Esta situación crea una presión psicológica considerable, y una fuente constante de agotamiento, ya que las artistas se ven obligadas a navegar un terreno donde su talento puede ser eclipsado por su género o apariencia, incluso entre el público.

> *"Es que es muy fuerte estar pinchando y pasa mucho que los chicos se te ponen en la cabina en primera fila y se ponen así mirando fijamente, te empiezan así como diciendo bien con la cabeza, o siempre hay uno que está mirándote fijamente a los ojos, entonces en el momento que tú levantas la cabeza de la cabina empiezas a mirar al público nada más levantar la cabeza ya tienes una persona mirándote a los ojos entonces sin querer le miras a los ojos y entonces te hace como pues son míticas miradas de tío. Y yo qué sé, mensajes, muy guapa la pinchada, tú también eres muy guapa, no sé qué, me gustaría conocerte. Tío, no, o sea, estoy trabajando."*

Acoso y seguridad en los espacios de la música electrónica

Una encuesta sobre abuso, acoso y microagresiones en la industria de la música electrónica reveló incidentes que abarcaron desde microagresiones con comentarios sugestivos, críticas sobre la vestimenta, o señalando que no deberían bailar mientras pinchan, hasta una cultura extendida de abuso y acoso sexual, el lenguaje sexista y el contacto físico no deseado.

> *"Me ha pasado con promotores de escribirme para trabajar, ofreciéndome un trabajo, y a las tres frases me están preguntando qué edad tengo, dónde vivo y a ver si le invito aquí. Totalmente innecesario, totalmente fuera de lugar. O sea, es lícito querer ligar. Y puedes estar pinchando, y nos conocemos, y quieres ligar, estupendo. Pero ya lo estás haciendo desde una posición de poder. Si me estás escribiendo para trabajar, esto va de trabajar. Imagínate que yo tengo mucha necesidad de trabajar. ¿Te voy a tener que seguir el rollo, no? O sea, porque estás haciéndolo para eso."*

Tokenismo y sistemas de cuotas

El tokenismo es la inclusión de individuos de grupos infra-representados en un espacio social, con el simple objetivo de parecer progresista, moderno y proclive a la diversidad, sin proporcionar apoyo genuino y oportunidades de crecimiento real a dicho colectivo, lo que refuerza las estructuras de

poder y las jerarquías existentes. Este fenómeno es una falsa inclusión y un refuerzo estructural. La inclusión superficial de unas pocas mujeres, sin un compromiso genuino con la equidad y el empoderamiento, no solo es ineficaz para abordar las desigualdades sistémicas, sino que también puede ser contraproducente.

Al crear la ilusión de diversidad, el tokenismo alivia la presión sobre la industria para implementar cambios estructurales significativos. Esto permite que las estructuras de poder existentes persistan y, de hecho, se refuercen, ya que la presencia de unos pocos "ejemplos" se utiliza para argumentar que el problema de la desigualdad está siendo abordado, cuando en realidad, las barreras fundamentales permanecen intactas para la mayoría.

> *"Poniéndonos en lo más general, los DJs más famosos del mundo de la electrónica son tíos, hay dos tías contadas que sean famosas. Ahora, tirando a lo más pequeño, cada vez se está haciendo más por meter a mujeres, y luego nos vienen con que hemos tenido muchas más oportunidades y por eso ahora mismo las que estamos entrando ahora como que lo tenemos más fácil que un chico porque al final las fiestas siempre buscan rellenar como ese hueco de la chica. Si es determinante el género, y sí se está intentando, pero al final los grandes son tíos, y vas a un festival y son tíos los que están cerrando, y hay chicas pero muchas veces están en la apertura, las tres primeras, no son las que están en el cierre. Si se está haciendo, pero al final estamos muy determinados por lo que opine el pueblo, y el pueblo sigue siendo lamentablemente machista en mayor o menor medida. Entonces, el pueblo manda, lo mainstream manda, y lo mainstream son tíos."*

Así, a nivel sistémico, el tokenismo es un fenómeno que puede actuar como bloqueo del cambio real. Al admitir solo a un puñado de individuos marginados en el sistema privilegiado existente, se reduce su capacidad para realizar cambios en el conjunto. Además, perpetúa un sistema de creencias que legitima la situación real, ya que debido a que un puñado de personas han logrado el éxito, otros individuos marginados encontrarán menos obstáculos para lograrlo.

Un elemento importante ligado a esta cuestión es el establecimiento de un "sistema de cuotas" para garantizar la participación de mujeres DJ en eventos, festivales y fiestas en clubes. Este sistema de cuotas se sitúa como una expresión del tokenismo, como una manifestación de la falsedad con que diversos espacios del sector utilizan la presencia de mujeres para mostrar una imagen igualitarista en términos de género. Además, en muchos casos, esta imagen se ve impulsada por los requerimientos de las administraciones públicas en relación a la inclusión de un número determinado de mujeres en los eventos para poder recibir subvenciones o ayudas económicas. Ahora bien, se señala que este "sistema de cuotas" no es un regalo, sino consecuencia de una reivindicación sostenida durante el tiempo por parte de muchas mujeres artistas, la cual se enmarca dentro de la movilización de la cuarta ola feminista.

"Y tenemos promotoras fichadas que sabemos que hacen eso, o sea, te llaman a la última hora de relleno. A ver, porque si pido la subvención necesito chicas DJ. Se hace un montón, y claro, y al final está reproduciendo esa lógica, un poco sí. Pero yo tuve una profe, como una mentora, que me dijo ahora vas a salir al mundo profesional te va a llamar todo Cristo porque eres tía, métete en todo así de claro. Es que no voy a dejar de meterme en todos lados que me meten por la cuota sí, me cago en todo, pero voy a intentar rascar el mayor caché posible y voy a estar en todos los espacios que pueda. Lo que pasa es que esa cuota no te la están dando gratis, la cuota viene porque se ha peleado, no es gratis, no lo ponen porque sí, sino porque hay un movimiento feminista que lo que ha hecho es empujar para eso, es una lucha, es consecuencia de una lucha."

En algunos casos, encontramos reacciones negativas a la inclusión de mujeres mediante un sistema de cuotas, ya que se considera injusto. De igual forma, también se observa una visión negativa sobre la presencia de hombres en la escena desde algunos sectores.

"Es la parte que me molesta. Tenéis en vuestra ciudad tíos que lo llevan haciendo toda la puta vida y a veces no le hacéis la ola. Y pinchando con discos, no con un ordenador. Y no porque yo sea de un sexo me tengo que posicionar encima de gente que lleva muchos años, que lleva haciendo discos para Mulero, y no se ha comido una mierda y tú no has producido un disco en tu vida. Es una carrera, tiene que ser progresivo, todos hemos empezado. Para nada, y nunca va a ser fácil, porque es que luego ves comentarios, ¿qué sobran en la escena underground? Dice, hombres. ¿Y por qué? Porque las tías hacen lo mejor en música. ¿Por qué? O sea, dame una razón por la que las tías hacen eso. Yo pienso que esto no se tiene que basar en los géneros, sino en quien hace mejor música."

Comunidades de género y queer en la música electrónica

A nivel global, han surgido numerosas iniciativas y colectivos dedicados a empoderar a las mujeres en la música electrónica, como Female:Pressure, una red internacional de más de 2,000 DJs, productoras y artistas femeninas en música electrónica, o SheSaid.So, un grupo de defensa que trabaja para crear una industria musical más inclusiva, ofreciendo programas de mentoría, eventos de networking y talleres educativos para empoderar a las mujeres y promover la igualdad de género.

Como hemos mencionado anteriormente, consideramos la música electrónica como una comunidad de sub-comunidades anidadas. En Euskal Herria, esta anidación comunitaria tiene una dimensión de género, feminista y queer. La música electrónica, aunque generalmente carente de letras explícitas puede ser un vehículo poderoso para la expresión ideológica y la performatividad de género. Siguiendo el hilo que señala que hay sonidos que pueden percibirse como más "femeninos" o "masculinos", se reconoce que ciertos espacios dentro de la escena electrónica, como fiestas,

colectivos de DJs o sellos independientes, generan no solo música, sino también cultura, ideología y comunidad.

En particular, algunos eventos se conciben desde una perspectiva feminista, transfeminista o queer, y sus organizadores definen claramente los valores que guían dichos eventos. Esta estructura ideológica se refleja no solo en la selección musical o los DJs invitados, sino también en la manera en que se promocionan las fiestas, se comunican sus valores y se organizan sus dinámicas sociales. Así, la música electrónica se convierte en una plataforma donde se performa el género, se cuestionan las normas establecidas y se crean espacios seguros y políticamente conscientes. El festival Harrikada es un ejemplo de ello.

> *"O sea, es performativo, quiero decir, hablo de generar feminismo, lo que hablo es de generar ideología de generar cultura, hay fiestas que lo hacen, yo creo sí, es una música que se aprovecha mucho, como hay en otros géneros musicales, pues letras para trasladar esa ideología claro, con el rap, por ejemplo, hay un centro feminista. Hay muchos colectivos de DJs y fiestas que tienen sus manifiestos, que ya te trasladan la ideología de ese espacio, lo que se quiere en ese espacio, un poco las normas que hay socialmente en esos espacios y las cosas que no se van a permitir. Yo creo que eso sí es una manera valiosa, ya que marcan desde la creación de ese espacio, la selección de DJs que hagan las actuaciones, la formación de la promoción, la comunicación incluso."*

Necesidades y restos de la EDM en Euskal Herria

Sindicalización: un anhelo colectivo para la protección y regulación

Una preocupación recurrente entre los DJs y productores locales de Donostia/San Sebastián es la falta de una estructura colectiva que defienda sus derechos laborales y facilite la gestión administrativa del trabajo como DJ. La situación de la escena genera elevados niveles de fragmentación e individualización de los problemas, lo que dificulta la profesionalización y genera vulnerabilidad. Al respecto, un elemento importante es la dificultad concreta de insertarse formalmente en un sistema fiscal que parece no contemplar la irregularidad o la baja facturación típica de muchos artistas emergentes o a tiempo parcial. En este contexto, surge con fuerza la idea de un sindicato o colectivo que sirva como asesoría y apoyo para enfrentar estos obstáculos.

> *"Pues habría que crear lo que se ha intentado crear desde siempre, que es un sindicato, que no se ha hecho. Estamos vendidos. Te dicen date de alta en autónomos, hazme la factura. ¿Cómo me voy a dar de autónomo si voy a facturar al año 15,000 euros? Si voy a tener que pagar todos los meses 300. No puedo. O sea, haría falta un colectivo, un sindicato. Un sindicato claro, que pongan unos estatutos, esto se hace así, esto te da así, esto lo tienes que hacer así. Un sitio donde puedas llamar."*

La figura de un sindicato, o al menos de una asesoría laboral especializada, ayudaría a homogeneizar las condiciones y a crear una base normativa clara para los profesionales de la EDM. La falta de regulación común no solo perjudica la gestión económica, sino que refuerza la falta de transparencia

por parte del sector, y aumenta la sensación de aislamiento y competencia desleal, ya que cada artista debe gestionar su carrera y sus obligaciones de manera individual, sin ningún tipo de soporte colectivo.

Este fenómeno es característico no solo de la EDM local, sino de la música independiente en general, donde prevalece un modelo de trabajo autónomo que se define como la *clase creativa*, caracterizada por la precariedad y la incertidumbre laboral. La sindicalización o la creación de plataformas de apoyo colectivo ha sido propuesta en diversos estudios como un mecanismo esencial para mejorar las condiciones y la sostenibilidad de la carrera artística.

> *"A ver, estaría guay porque entonces más o menos todos andaríamos con unas mismas reglas, y unas mismas condiciones. Aquí es todo bastante individualizado, sí que hay colectivos, pero al final son de tres o cuatro personas. Pero es todo muy individualista. Entonces, el haber como una gestión común estaría de puta madre, porque eso ayudaría mucho a hacer las cosas bien. Pero la cabeza pensante debería estar muy bien organizada para poder abarcar todo eso."*

Además, desde la perspectiva de la psicología social, la ausencia de espacios organizados puede afectar el bienestar y la motivación del colectivo, ya que la sensación de apoyo social y pertenencia es clave para afrontar el estrés y la inseguridad laboral. En este sentido, una estructura sindical o similar podría fomentar no solo la protección legal sino también el capital social y el sentido de comunidad entre DJs y productores. La creación de un sindicato o colectivo que funcione como asesoría y espacio de apoyo parece una necesidad para la escena electrónica, que hoy sufre la atomización y la precariedad. Solo a través de la cooperación y la organización podrán los artistas conseguir mejores condiciones y una mayor estabilidad.

Espacios de diálogo y colaboración

Uno de los temas más recurrentes en las entrevistas con DJs y productores es la falta de espacios de encuentro y una comunicación más sostenida que permitan generar un mayor sentido de comunidad dentro del sector de la música electrónica. A pesar de compartir pasión y dedicación, los artistas expresan que el modelo de la industria de la electrónica, como parte de la industria cultural, hace que vivan de manera bastante aislada, por la naturaleza solitaria de su trabajo.

> *"Creo que hace falta generar comunidad. Todos estamos muy a nuestra bola y eso depende mucho del estilo. Por ejemplo, si haces techno y yo house, me puedes caer bien en lo personal, pero tampoco me junto contigo para colaborar. Se cae en una individualización muy exagerada y hay una pérdida de comunidad. Al final, estamos todos remando en el mismo barco, aunque pinches estilos diferentes."*

Esta segmentación e individualización del trabajo artístico como DJ genera que los artistas sientan que nadan solos, lo que puede provocar un desgaste emocional y profesional considerable, como hemos visto anteriormente. En relación a la gestión emocional, el aislamiento hace que muchos DJs no expresen abiertamente cómo se sienten en relación a su faceta artística, sus sentimientos o dificultades, debido a que en la industria impera una imagen de fortaleza, especialmente entre los hombres:

> *"A los chicos les cuesta más mostrar su vulnerabilidad porque siempre se les exige ser fuertes. Eso es triste porque sacar lo que sientes es importante, ayuda a evitar sufrimientos extremos y hasta suicidios."*

Al respecto, se señala que la falta de espacios para compartir experiencias y apoyarse mutuamente puede hacer que cada artista enfrente solo problemas que, en realidad, son comunes en la escena. Por este motivo, las iniciativas que fomentan el diálogo y el encuentro son muy valoradas, tal y como sucedió en el 1r Dantz Network Congress, apuestas para generar espacios donde los profesionales puedan reunirse, compartir, identificar errores cometidos y soluciones prácticas, formas de adaptarse a la realidad local desde experiencias globales en entornos cambiantes.

> *"Antes de pinchar, siempre juntamos 10-20 minutos para una cerveza o un cigarro, pero no hay tiempo de reposo para hablar. Esto que está haciendo Dantz me parece chulo, porque da tiempo a que la gente del sector se junte y hable."*

Encontramos la existencia de experiencias positivas, especialmente en colectivos minoritarios, como las mujeres DJs, que crean redes de apoyo, compartiendo experiencias y protegiéndose mutuamente:

> *"Entre las mujeres, como somos menos, sí que nos hemos hecho un colectivo invisible. Es más fácil compartir experiencias entre nosotras y que se hagan formas de colectividad, que de alguna manera te cuidan."*

Sin embargo, la colaboración a gran escala es aún una asignatura pendiente. La falta de circuitos conectados, la competencia entre festivales y clubes por un nicho de mercado reducido, con bastante público potencial pero no suficiente para generar un circuito más o menos estable, y la ausencia de una unión estratégica dificultan que el sector avance como un bloque cohesionado. Construir comunidad y colaboración podría ser una vía para superar la soledad del trabajo solitario, mejorar la comunicación, y pelear desde la unidad contra las dificultades estructurales de la industria.

Apoyo institucional y asunción de la música electrónica como acervo cultural

Existe una gran cantidad de personas involucradas en la música electrónica que trabajan con calidad y dedicación, pero las oportunidades reales son escasas. Muchas veces las instituciones aún no reconocen ni comprenden esta cultura, lo que limita la apertura de clubes, permisos y espacios adecuados para su desarrollo. Aunque se están dando algunos pasos para traducir la cultura electrónica a las instituciones, todavía queda mucho por hacer para que se entienda y se valore como una expresión cultural legítima.

Actualmente, en muchos lugares, las instituciones solo muestran interés si ellas mismas obtienen prestigio o reconocimiento, pero no brindan un apoyo real y consistente a quienes están sembrando y haciendo crecer esta cultura desde la base. En la práctica, la falta de apoyo se evidencia en obstáculos burocráticos y económicos. Por ejemplo, locales que invierten grandes sumas para adecuar sus espacios enfrentan multas, limitaciones de sonido y controles estrictos que desincentivan la apertura y continuidad de estos espacios. En vez de recibir ayudas para insonorización o mejoras, se les imponen barreras que dificultan su funcionamiento.

> *"No se incita a que haya cultura de música electrónica. ¿Dónde pasa eso? En ciudades en las que hay un consumo de música de puta madre y la peña lo reclama. En Inglaterra, en Holanda. Pero aquí dicen que no hay público, que no hay mucho público de música, porque lo que han hecho es joderlo, porque siempre ha habido. Pero si tú te cargas la raíz principal, que es el lugar donde se hace, y no dejas que se haga. Si en las discotecas que antiguamente estaban a las afueras pones controles antidroga, que me parece de puta madre, pero tampoco pones buses, eso ya te lo has cargado, en la City no, porque el vecino que se ha gastado 800.000 euros en una casa no quiere que haya ruido. Pues ya está, no pasa nada, pero no hay cultura, ni hay cultura ni hay nada porque no hacéis nada para que haya. La cultura de club es algo que tienes que dejar que salga, tienes que dejar que haya posibilidad de que eso exista."*

Además, la cultura de la música electrónica está muy ligada a la ciudad y a su entorno social. Hay una clara falta de incentivos institucionales para que esta cultura crezca y se sostenga. Mientras en muchas ciudades europeas y estadounidenses existe un público que reclama y consume esta música, en muchos otros lugares la raíz de la cultura se ha visto dañada por la falta de espacios y apoyo, lo que hace que el público se disperse o desaparezca. Para que la música electrónica crezca como cultura, es indispensable que las instituciones den un paso adelante, reconozcan esta escena y proporcionen un apoyo real y prioritario a quienes se dedican a ella. Solo así se podrán crear espacios, políticas y recursos que permitan a la cultura electrónica florecer más allá de la moda o el negocio pasajero.

Unido a la cuestión el apoyo institucional, es fundamental que se reconozca la EDM como una aportación cultural, como parte del acervo cultural de una sociedad, y que valore el trabajo de los artistas de EDM, especialmente los locales. En muchas ocasiones, los artistas de EDM, DJs y

productores, no siempre reciben el reconocimiento ni la remuneración que merecen, fenómeno que tiene que ver con la falta de reconocimiento social como miembros del mundo musical y artístico.

> *Siguen pensando que el que pincha electrónica le da al play. Es el mítico comentario. Pero si tú escuchas techno mental, si tú escuchas a Oscar Mulero, si tú escuchas a Yves V, perdón, pero esa gente son magos. Esa gente te ecualiza los temas para que tú luego puedas sentir en la pista de baile lo que tienes que sentir, cerrar los ojos y estar una hora sin abrir los ojos. Para mí eso es arte, y creo que se debería valorar bastante más.*

Existe el estereotipo según el cual quienes hacen electrónica no han invertido esfuerzo ni preparación como lo hacen las personas que se dedican a otros géneros musicales. Esta falta de reconocimiento invisibiliza el enorme trabajo detrás de cada producción, las horas dedicadas a crear, modificar, mezclar, hacer remixes y ordenar la música para contar una historia. La gente suele desconocer que detrás de la música electrónica puede haber un gran talento, o mucho trabajo musical. Un buen DJ no solo pone canciones, sino que es un verdadero artista que ecualiza, mezcla y genera una experiencia única para el público, es un arte que merece mayor valoración.

> *Piensan que llegamos ahí, que no hemos preparado nada, que tenemos cuatro canciones y venimos ahí de fiesta. Eso es falta de reconocimiento del trabajo que hay atrás. Yo también produzco y mucha gente me dice que estas canciones las compras. A veces hay trabajo en casa, que has modificado una canción, que has hecho algún remix, o que has hecho un mashup, pero la gente no ve lo que hay detrás, no ve el trabajo que hay detrás.*

Por eso, también es necesario seguir trabajando en traducir y comunicar esta cultura a las instituciones para que dejen de verla como algo marginal o solo una fiesta, y la reconozcan como una manifestación cultural válida y valiosa. Solo así se podrá construir un entorno en el que los artistas locales sean respetados y apoyados.

Esta necesidad se topa con otra gran limitación: la falta de espacios para pinchar. Los locales con programación constante de música electrónica son pocos, y la mayoría de bares o clubes no ofrecen condiciones para un desarrollo profesional ni para el encuentro comunitario:

> *"Tenemos tres garitos, no hay más, y la gente no tiene posibilidad. Antes había más programación, pero después de la pandemia eso se ha dividido. Los garitos no pueden programar, o lo hacen muy limitado."*

En resumen, la escena electrónica enfrenta una doble dificultad: la necesidad de crear espacios de diálogo y comunidad entre artistas que hoy están dispersos e individualizados, y la carencia de locales adecuados para desarrollar y compartir la cultura electrónica. Sin embargo, la voluntad y las iniciativas para romper este aislamiento y construir una red más sólida están presentes y se ven como clave para el futuro del sector.

La importancia de los cuidados, la seriedad y el respeto

Para muchos artistas, el elemento más importante de su actividad como DJ es sentirse bien en una actuación. Es fundamental que las figuras encargadas de organizar y gestionar la noche hagan bien su trabajo. Para que una noche funcione, no solo importa la música, sino también los cuidados, la comunicación clara y un trato digno hacia quienes la hacen posible. Esto tiene que con la necesidad de seriedad y transparencia en la gestión de su trabajo y sus eventos. En un entorno muchas veces marcado por la informalidad y la improvisación, los artistas reclaman un trato profesional donde se respeten tanto las condiciones económicas como las condiciones técnicas. Esta falta de claridad afecta a todos los niveles: desde la gestión de contratos, el pago puntual, hasta las condiciones técnicas mínimas para desarrollar su labor. Esta experiencia común en la escena cultural donde la falta de transparencia genera incertidumbre y estrés.

Además, el trato hacia los artistas debe ser respetuoso y profesional. Es común que en algunos lugares se les trate sin la seriedad que merecen, poniendo en riesgo su equipo o haciendo que se sientan como un "payaso de feria". Que cuiden la programación, que no metan con calzador artistas sin conexión con el público, o sin comunicar previamente el concepto de la fiesta. Esta falta de comunicación y cuidado puede hacer que los DJs se sientan usados como "conejillos de indias" y con una sensación de desconexión total con el público.

> *"Me ha pasado pinchar en una fiesta y no entender qué está pasando. El público me mira como vacas al tren, y al final me dicen que la noche fue un poco mal... y el promotor me dice que quieren 'dar una vuelta' a la noche. Pues avísame, que yo no sabía que era la primera vez que probaban algo y que la gente esperaba reggaetón y yo les estoy poniendo música sudafricana, y la gente me mira con cara de querer matarme."*

Esta falta de profesionalidad no solo afecta la experiencia del artista, sino que puede dañar la relación con el público y la reputación de la escena local. Según la psicología social, un entorno donde no se respetan los acuerdos y se generan expectativas erróneas puede aumentar la desconfianza y la insatisfacción, afectando la motivación y el compromiso del artista.

Otro aspecto destacado es la relación con las agencias y managers, quienes deberían encargarse de la gestión para que los artistas puedan centrarse en su creación. Sin embargo, se señala que en ocasiones estas agencias explotan al artista como un número, y cuando el artista se quema, simplemente lo descartan, lo que pone en evidencia la falta de un enfoque humano en la gestión artística, donde el bienestar y los límites del creador no siempre son respetados.

> *"La transparencia que se pide, sobre todo en una agencia que es la que te va a hacer el management y son los que te van a decir tú vas a estar haciendo música, tú preocúpate de hacer música que yo te voy a gestionar todo, son como un representante que te va a gestionar tu vida. Tú dime cuántos fines quieres tocar y cuántos quieres descansar, para mí eso es muy*

importante. Porque al final lo que las agencias hacen con cualquier tipo de artista es tratarlo como a un número y explotar ese número."

Este problema ha sido señalado en varios estudios sobre la precariedad en la industria musical, donde la profesionalización debe ir acompañada de un trato ético y responsable hacia los artistas, reconociendo que su trabajo es tanto un producto cultural como una actividad con implicaciones emocionales y física. Para mejorar la seriedad en la escena electrónica local, los entrevistados proponen una mayor planificación, comunicación abierta, condiciones técnicas adecuadas y respeto al artista como interlocutor principal. La implementación de buenas prácticas no solo beneficiaría a los DJs, sino también al público, promoviendo una escena más sólida y sostenible.

Seguridad económica: el gran desafío para DJs y productores

Una preocupación recurrente de DJs y productores locales es la inseguridad económica que atraviesan, tanto quienes se han profesionalizado, como quienes desean profesionalizarse, así como aquellos que desean mantener un estatus de semi-profesionalidad. Esta preocupación se refleja en que sin una base económica estable, el desarrollo artístico y la profesionalización resultan casi imposibles.

El sector cultural, y la EDM en particular, se caracteriza por una precariedad estructural donde el trabajo artístico no se traduce en ingresos dignos ni sostenibles. En muchas ocasiones, sostener proyectos creativos, organizar eventos y mantener sellos obliga a los artistas a reinvertir en música electrónica lo que obtienen por pinchar, incluso el sueldo de los trabajos con los que obtienen el sueldo con el que satisfacen sus necesidades. Esto perpetúa la inestabilidad, y con ello, limita su capacidad de crecimiento artístico. Este fenómeno no es exclusivo de Euskal Herria, es un problema global en la industria musical y cultural, donde la inseguridad económica ha sido ampliamente documentada. Según un informe de la International Federation of Musicians (FIM, 2020), más del 70% de los músicos a nivel internacional carecen de un ingreso estable, y muchos trabajan en condiciones precarias sin acceso a beneficios sociales básicos.

A nivel estatal, además, la situación se complica por la alta carga fiscal y la complejidad para que los artistas independientes puedan formalizar su actividad sin caer en la precariedad. La dificultad para darse de alta como autónomo y los costes asociados representan un freno importante para quienes empiezan, una realidad que obliga a muchos a operar en la informalidad o a complementar ingresos con otros trabajos.

La inseguridad económica impacta también en la salud mental y en la capacidad para sostener proyectos creativos a largo plazo. Estudios en psicología social señalan que la incertidumbre laboral y financiera genera altos niveles de estrés y desmotivación, lo que puede traducirse en abandono del campo artístico. Esto afecta especialmente a jóvenes DJs y productores, que a menudo necesitan varios años para consolidarse.

Ante esta situación, los entrevistados proponen la creación de mecanismos de apoyo económico dirigidos a facilitar la profesionalización. Esto incluye subvenciones específicas, ayudas para la compra de equipos, espacios de trabajo o para la producción y difusión musical. En otras ciudades europeas, como Berlín o Ámsterdam, existen fondos culturales municipales destinados a sostener a los creadores emergentes, facilitando su desarrollo sin que dependan exclusivamente de los ingresos inmediatos por eventos.

Fomentar la seguridad económica no solo es una cuestión de justicia para los artistas, sino también una inversión para la escena cultural local y su sostenibilidad. Estudios económicos han demostrado que la cultura tiene un impacto positivo en la economía local, generando empleo indirecto, atrayendo turismo y mejorando la calidad de vida urbana. El panorama actual muestra cómo la cultura electrónica pequeña lucha contra el enorme poder del capitalismo, que a menudo convierte los festivales y eventos en negocios que buscan solo el beneficio rápido y el "pelotazo", sin garantizar un desarrollo sostenible ni un soporte para la comunidad artística.

Reinventarse: nuevas formas para conectar con la escena y el público

En la escena de la música electrónica, un tema que surge con fuerza entre DJs y productores es la necesidad de reinventarse para adaptarse a los cambios en los hábitos del público y las condiciones del sector. Esta reinvención no solo implica innovar en el estilo o la producción musical, sino también replantear los espacios y horarios en los que se presenta la música, buscando nuevas formas de conectar con la audiencia.

Más pinchadas de día es un reclamo repetidamente manifestado para atraer personas que no suelen, pueden o quieren salir de noche, o que prefieren evitar ambientes con consumo de alcohol. Esta es una tendencia creciente en muchas ciudades, donde el público joven y también adulto busca eventos diurnos o en horarios alternativos que permitan disfrutar de la música electrónica en contextos más saludables y accesibles. Así, se están buscando alternativas a la fiesta nocturna tradicional. Se trata de un sector interesado en la música y en la experiencia social que esta ofrece, pero que demanda eventos en horarios y ambientes más accesibles y saludables.

> *Más pinchadas de día. Eso es lo que me está todo el mundo diciendo, pinchadas de día. Porque tengo un montón de gente que no le gusta, bueno, un montón no, pero conozco gente que no es muy de salir de fiesta, no le gusta salir a la noche o no le gusta beber. Y me dicen mucho, siento que me encanta la música, y me estoy perdiendo el relacionarme con la gente, estoy perdiéndome escuchar cosas, pues porque no quiero salir por la noche. Entonces quizás más eventos,*

Este cambio responde a transformaciones culturales y sociales amplias. Estudios recientes muestran que la "fiesta nocturna" tradicional está perdiendo fuerza frente a propuestas más diversificadas que integran música, cultura, gastronomía y bienestar, creando espacios inclusivos

para públicos heterogéneos. La música electrónica diurna, los festivales "sunset" o los eventos en espacios no convencionales como galerías o parques, se están posicionando como modelos sostenibles que conectan con esta nueva demanda.

Por otra parte, la necesidad de reinventarse también se percibe desde el lado de la gestión y el negocio. Aunque hay público para eventos grandes y exitosos, como los organizados en *Dantz Points* donde acude mucha gente, la clave está en saber dosificar al público. Esto alude a la importancia de manejar adecuadamente la oferta cultural para no saturar el mercado, mantener la calidad y cuidar la experiencia del público, evitando caer en dinámicas comerciales que desgastan la escena local.

En este sentido, la reinvención también pasa por estrategias de diversificación: combinar formatos, adaptar la oferta a diferentes espacios, y buscar un equilibrio entre eventos masivos y propuestas más íntimas o experimentales. La literatura especializada apunta a que la sostenibilidad de la música electrónica depende en gran medida de esta flexibilidad para captar distintos nichos y generar comunidad.

Además, la reinvención puede incluir el uso de nuevas tecnologías y plataformas digitales que amplían el alcance de los artistas, pero que deben complementarse con experiencias presenciales de calidad. El equilibrio entre lo virtual y lo real es un desafío clave para el futuro de la escena.

La reinvención también tiene un componente económico y organizativo, pues implica explorar nuevos modelos de negocio y formatos de evento que sean viables para los artistas y organizadores, sin perder la esencia de la cultura electrónica. La literatura académica subraya que esta flexibilidad es clave para la sostenibilidad de las escenas musicales urbanas, especialmente en contextos donde la economía creativa se enfrenta a desafíos como la precarización laboral o la competencia con grandes festivales comerciales.

Feminización de la música electrónica

Una de las cuestiones que ha surgido con fuerza en las entrevistas con DJs y productores de Donostia es la necesidad y el impacto de la feminización en la escena de la música electrónica local. Los testimonios muestran que la presencia femenina no solo es una cuestión de equidad numérica, sino que aporta perspectivas, sensibilidades y formas de relación diferentes que enriquecen el entorno musical y social.

> *"Una mayor feminización del sector, digamos. Las chicas aportan otra forma de ver las cosas, otra sensibilidad, otra forma de estar en el sitio, para relacionarse."*

Este reconocimiento de las mujeres como agentes que modifican positivamente la dinámica social en los espacios donde se desarrolla la música electrónica es fundamental para entender las transformaciones necesarias en el sector. Se trata no solo de incrementar su participación, sino de

valorar su manera particular de interacción y su rol en la creación de ambientes más respetuosos y colaborativos.

La desigualdad de poder y la falta de protocolos claros contra el acoso en la industria musical son retos que las mujeres DJ enfrentan y denuncian. No obstante, la entrevista también revela cómo la colectividad femenina funciona como una red invisible de apoyo y cuidado mutuo, imprescindible para sobrellevar estas dificultades:

> *"Entre las mujeres, como somos menos, sí que hemos creado una colectividad invisible. Puedes preguntar casi cualquier cosa a otra chica con la que te llevas bien en redes sociales, y cuando nos conocemos en festivales o clubs, nos cuidamos unas a otras. Nos advertimos de lugares donde nos han tratado mal o compartimos experiencias para protegernos."*

Esta solidaridad femenina, aunque aún incipiente, es vista como un mecanismo necesario para fortalecer la presencia y visibilidad de las mujeres en la escena electrónica. Algunos colectivos y agencias especializadas empiezan a formalizar estas redes, aportando estructura y visibilidad.

En la literatura académica y periodística, el proceso de feminización en la música electrónica se reconoce como un fenómeno global que desafía la histórica masculinidad del sector. Estudios recientes muestran que la feminización contribuye a promover espacios más seguros y a cuestionar las dinámicas de poder establecidas, impulsando una cultura más inclusiva y respetuosa. Esto coincide con la demanda expresada de un trato digno y profesional, y de eliminar el acoso y la discriminación de género en todos los niveles. En definitiva, la feminización de la música electrónica es vista como una necesidad urgente y positiva que exige tanto un cambio cultural como la creación de estructuras de apoyo específicas para que las mujeres puedan desarrollar su carrera en condiciones equitativas y libres de violencia. A pesar de ello, existe un debate profundo en relación al tokenismo y el sistema de cuotas que se establece en muchas ocasiones.

Inteligencia Artificial: oportunidades y riesgos

La irrupción de la inteligencia artificial (IA) en la producción musical es un tema que genera opiniones encontradas entre los DJs y productores de la escena electrónica. Si bien reconocen que la IA puede facilitar ciertos procesos, también advierten de un peligro muy real: la posible pérdida de la esencia artística y la creatividad humana.

> *"Hay cositas pequeñas que si coges dices, bueno, está bien. Pero ya que te haga todo el proceso, que te haga la canción, ahí yo creo que está el peligro, porque al final ya no está el artista ahí, ya no está la esencia que querías compartir."*

Este temor refleja un debate global en torno a la automatización creativa. La producción musical asistida por IA puede generar sonidos, melodías y estructuras de forma automática, pero para

muchos artistas, la música va más allá de la simple composición técnica: implica una expresión personal, emociones y una conexión íntima con el público.

> *"Fui a un evento donde un productor de Madrid puso ejemplos de música creada con inteligencia artificial. Metías un estilo, un bombo, melodías, le dabas un botón y la máquina te sacaba una canción. Suena perfecta, como una canción comercial ideal, pero le falta el toque humano, es un poco robótica."*

Esta cuestión destaca una paradoja: aunque la IA puede generar canciones técnicamente impecables y comerciales, a menudo se percibe una carencia de alma o autenticidad. El toque humano, ese componente emocional, impredecible e imperfecto, sigue siendo valorado como un sello distintivo de la música electrónica auténtica y artesanal.

Desde una perspectiva académica, esta tensión entre automatización y creatividad ha sido analizada por varios autores. La IA en la música representa tanto un "recurso de innovación" como un "riesgo para la diversidad artística", especialmente si las producciones se homogeneizan en busca del éxito comercial. Además, la IA plantea interrogantes éticos y legales sobre la autoría y la propiedad intelectual, temas que la industria musical está empezando a abordar.

Por otro lado, no todo es negativo. Algunos productores defienden el uso responsable de la IA como una herramienta complementaria que puede acelerar procesos repetitivos o inspirar nuevas ideas, siempre y cuando el artista mantenga el control creativo. La IA puede democratizar el acceso a la producción musical, facilitando que más personas experimenten con la creación sonora sin necesidad de largos aprendizajes técnicos. Sin embargo, el consenso en la escena local parece claro: la IA debe ser un apoyo, no un sustituto del artista. El equilibrio estará en aprovechar las ventajas tecnológicas sin perder la riqueza humana que caracteriza a la música electrónica como forma de arte vivo y cultural.

Educación y asesoramiento artístico

Una de las claves para el desarrollo y la profesionalización del sector de la música electrónica es la educación desde edades tempranas. Ya se están implementando asignaturas optativas en los colegios y escuelas para introducir a los jóvenes en el mundo del DJing y la producción musical electrónica.

> *"Han empezado a dar optativas de DJ, de producción musical electrónica dentro de los escolares, con gente muy pequeña, y eso creo que puede ser un paso para que el día de mañana haya una industria mayor de la que se puedan lucrar."*

La idea central es que, para que exista una industria sólida y rentable, primero debe haber una base educativa que forme a los futuros profesionales con una visión distinta y más preparada que la que

han tenido las generaciones anteriores. Este enfoque apunta a crear un entorno más profesional, respetuoso y sostenible en el que tanto artistas como promotores y otros agentes del sector puedan crecer y colaborar en un marco más saludable y responsable.

> *"Está claro que si no hay industria no hay beneficio. Lo primero que hay que hacer es educar, para que la gente que venga el día de mañana no tenga la misma idea de los capullos que están arriba."*

En el ámbito de los artistas, especialmente los que están en una etapa más básica o emergente, hay una gran necesidad de asesoramiento artístico y legal. La música electrónica presenta características muy particulares que la diferencian de otros géneros, tanto en los procesos creativos como en los comunicativos y de lanzamiento. Por ejemplo, la manera en que se contratan los artistas en electrónica suele ser distinta a la del rock u otros estilos. Por eso, contar con asesorías especializadas en este sector es fundamental para que los artistas emergentes puedan navegar mejor en la industria, conocer sus derechos, entender cómo funcionan los contratos y cómo manejar sus lanzamientos de forma profesional y segura.

> *A nivel más de artistas de base, asesoramiento artístico y legal creo que hace mucha falta. Por ejemplo, aquí hay una asesoría para artistas. Que bueno, claro es que la electrónica es muy particular. Los procesos de comunicativos de la electrónica los procesos de lanzamientos de la electrónica son muy diferentes al resto, incluso los procesos de contratación son diferentes a los del rock.*

Apoyo psicológico para artistas de música electrónica

Se plantea la importancia de contar con un equipo o al menos un psicólogo disponible para que los artistas puedan hablar y expresar cómo se sienten de forma periódica, casi como una rutina de autocuidado similar a ir al masajista. La realidad de los artistas, especialmente durante giras intensas, implica pasar mucho tiempo solos entre hoteles, aeropuertos y viajes, lo que genera una sensación de aislamiento a pesar de estar rodeados de gente en los eventos. Este desgaste emocional se agrava porque no siempre quieren cargar a sus familiares o parejas con sus problemas todo el tiempo, por lo que disponer de un espacio profesional para el desahogo es crucial.

> *"Luego, tendremos como un equipo de psicólogos, un psicólogo que vaya a estar contigo cada equis para que cuentes tú película, para ver cómo estás. Porque yo la época del 21 al 23 tuve bastantes bolos. Entonces al final estás mucho rato solo, hotel, aeropuertos, no sé qué, viajes. Esto es mucho que necesitas hablar. Y entonces estás como, joder, a mi novia no le quiero estar rayando todo el puto rato. Me parecía guay el tema de los psicólogos para ver cómo te sientes, ¿no? Pues imagínate, después de una gira, te vas a pegar una gira por Europa o por Latinoamérica. Pues el cómo te sientes, me parecía muy guay eso. Porque para que te dé*

también diferentes puntos de vista, el desahogo. Sí, claro, eso es. Y me parecía súper interesante. Y entonces, eso son cosas que veo que son necesarias para un artista y sobre todo igual para gente que está metida en el tema de las drogas que te puede ayudar un poco."

Además, un apoyo psicológico también puede ofrecer diferentes perspectivas y herramientas para manejar los altibajos emocionales típicos en este mundo, que muchas veces se siente como una montaña rusa. Esto no solo es importante para el bienestar general, sino también para personas que pueden tener vínculos con el consumo de drogas y necesitan orientación especializada. Más allá del ámbito artístico, se resalta que todo el mundo, incluyendo los que trabajan en la música electrónica, debería tener acceso a recursos psicológicos para conocerse mejor y prevenir patrones de conducta perjudiciales en la vida diaria. El psicólogo ayuda a brindar herramientas para evitar caer en bucles negativos, mejorando la salud mental y emocional de los artistas en un entorno que suele ser exigente y solitario.

Reflexión final

La explicación de los fenómenos psicológicos y psicosociales no puede basarse, de manera general, en otros fenómenos de naturaleza subjetiva. Nos encontramos inmersos en una creciente cultura de la psicologización que todo lo impregna de psicología, que trata de poner el foco de problemas comunes y colectivos sobre las personas que los viven, escondiendo el carácter estructural de la mayoría de ellos a través de la individualización.

Con esto no se quiere negar la necesidad de situar el papel de la psicología en el mundo artístico, ni mucho menos; creemos firmemente que no debemos alejar el conocimiento psicológico y los recursos que esta disciplina puede ofrecer para mejorar el bienestar de las personas. Como hemos visto en el texto, las y los artistas de EDM en Euskal Herria nos han mostrado los beneficios psicológicos que aporta el desarrollo artístico en esta disciplina, los recursos de naturaleza psicológica que han desarrollado para hacer frente a las características de la profesión y de la industria que generan malestar psicológico, así propuestas para avanzar en la mejora de su propia situación, algunas de las cuales tiene que ver con lo *psi*. Ahora bien, estos elementos de naturaleza psicológica hay que situarlos históricamente, es decir, hay que ubicarlos en el lugar concreto donde se producen, en el contexto económico y sociocultural donde emergen.

La situación psicosocial de las y los artistas de música electrónica está anclada en la propia estructura del sector, y de las condiciones profesionales, laborales y artísticas que este plantea. De este modo, el objetivo de garantizar las mejores condiciones psicosociales para las personas que hacen música electrónica no puede pasar solamente por dotar de recursos psicosociales, sino por cambios en el propio sector que promuevan este bienestar psicológico. Más allá de los propios cambios que las y los artistas plantean, consideramos muy interesante la reflexión sobre la necesidad de generar marcos de afrontamiento colectivo, de construir marcos de diálogo y

colaboración entre artistas, incluso formas de vinculación sindical, que permita avanzar hacia mejores posiciones para ejercer la labor de DJing.

Unido a ello, tomando como punto de partida las voces de las y los artistas, es necesario situar en el mundo artístico y musical el DJing, la producción musical, y la música electrónica en su conjunto. La estigmatización histórica que ha recibido este espacio sociocultural, tanto desde los sectores hegemónicos y conservadores de la sociedad, como desde algunos sectores críticos con el status quo, ha contribuido a situar la EDM fuera del arte y la cultura. En realidad, si se realiza un análisis medianamente honesto sobre la música electrónica, la importancia en lo lúdico y festivo no puede esconder la existencia de un espacio verdaderamente innovador, un laboratorio musical que ha sabido evolucionar en el tiempo y vincularse con distintos géneros musicales. La amplitud de la música electrónica, las múltiples formas de expresión que promueve, la variedad de público al que llega, la expansión que le ha llevado a ser un fenómeno internacional, son algunos elementos sobre los que sujetar la idea del reconocimiento que la electrónica merece en tanto disciplina artística.

ANEXOS

DANTZ NETWORK CONGRESS

EVENTO DE DIÁLOGO EN OPEN SPACE

ACTAS DEL ENCUENTRO

Inversión y visibilización desde las instituciones

¿Qué ciudades queremos?

Sostenibilidad de la música electrónica

Implicaciones de/sobre los vecinos

El trato de las instituciones en las ciudades.

El aporte o ayuda cultural es muy limitada en áreas céntricas.

No existe un interés institucional para apoyar la oferta cultural, cada vez más cierres de clubes y trabas legales en los que hay (Bukowsky, Dabadaba,).

Mucha tecnocracia para organizar cualquier evento, como la carta de Sagües en el congreso de Dantz.

¿Qué soluciones ofrece?

Aprovechar eventos como el Zinemaldi, el Jazzaldi, e introducir la oferta cultural desde eventos ya formados y arrancar desde ahí.

Mantener y crear confianza, tener historia, no depender sólo de la institución, ir con propuestas sólidas y trabajadas.

Partir del ¿te unes al proyecto? el proyecto ya está hecho y la institución colabora contigo.

Cuidar mucho el vocabulario, hablar de aporte, que aportas a la ciudad.

Enfocar la visión, hacerle entender a la institución el objetivo, tener una visión clara.

Hacer estudios de impacto de la cultura en el área económica, encargar esos estudios.

Cuidar el entorno, a los vecinos, el ruido, el comportamiento, la convivencia. Coger el ejemplo del Brunch Electrónico, Brunch defiende y se encarga de cuidar y respetar el sonido y comportamiento de los usuarios.

Es importante entender que si quieren que nos cuiden, cuidar el barrio y dar voz de petición al barrio. Colaborar con negocios locales, cuidar el ruido y tratar de controlar los comportamientos de los asistentes.

Relación empresarial de cultura

Mucha competitividad, evitan la colaboración por orgullo.

Mucha falta de colaboración y orden. Gran dificultad para la colaboración por la falsa creencia de cultura infinita.

No solo en pequeños colectivos.

Abrir más espacios de conversación real y ver el panorama real y crear más vínculos. Facilidad para hacerse más.

Unión y puesta en común, no buscar tanto la colaboración obligatoria sino impulsar pequeñas acciones entre colectivos.

¿Qué es la música electrónica? ¿Qué aporta?

Democratizar la música electrónica

Dar oportunidad a nuevos usuarios a adentrase en la cultura de la electrónica a nivel local

Difusión dela música electrónica a sectores más amplios de la población

¿Qué es la música electrónica? Es una forma de expresión universal, donde artistas, DJs, productores, transmiten gustos, emociones, ideales, hacia un púbico que tiene la misión de disfrutar, bailar, con respeto, euforia y armonía.

Que aporta? Crecimiento cultural, turístico, sentido de pertenencia, evolución humana, sanación, revolución.

Oportunidad a nuevos usuarios. Adentrarse en la cultura a nivel local, entre colectivos y clubes, la colaboración entre unos y otros para lograr un crecimiento sólido, tomando como referencia el criterio y trayecto de Dantz.

Democratización. Que esté más al alcance de las personas que no suelen consumir la música electrónica, como en programas de radio de Banda Nacional, televisiva, espacios pequeños que se puedan utilizar como muestra de nuevos talentos apoyado por la municipalidad.

Acciones y propuestas

Dar más voz a los canales del artista.

Feedbacks

Subvención a proyectos de DJs / productores para equipos, o espacios por parte de organismos públicos.

Fomento de espacios de networking en pro de la música electrónica.

Masterclass subvencionadas y privadas.

Formación / Profesionalización

Eventos de electrónica como espacios de educación

Participación de los DJ Senior / Inclusión de la música folclórica

Los DJs famosos la mayoría son productores.

Diferentes géneros se van introduciendo en la electrónica

En las escuelas de música para introducirte y entrar necesitas tocar un instrumento

Saber teoría musical puede ayudarte a empezar a producir

Muchos productores empiezan trasteando con programas y son autodidactas. También entre amigos

La satisfacción parte viene de plasmar un sonido que tienes en el interior, en la producción

Si sacas canciones populares tendrás más booking. Muchos DJs se ven forzados a aprender a producir para profesionalizarse

Asistiendo a raves mucha gente se introduce en la música electrónica

Es difícil encontrar universidades donde enseñen producción

Las academias de DJ y producción son caras

Las académicas apenas tienen espacios para practicar

Los inicios del DJ son difíciles, cuando la mayoría de las veces no tienes contactos

Muchos DJs veteranos no encuentran espacios para pinchar

Acciones propuestas

Espacios para la práctica de la mezcla

Dar espacio para Raves para dar visibilidad

Establecer baremos de sueldo para el artista

Los DJs veteranos pueden enseñar a las nuevas generaciones basados en su experiencia. Animarles a tener visibilidad es importante

Valorar el trabajo del warm-up DJ

Formar empresarios (hosteleros) de como contratar a los DJ en base a su estilo musical. Informarles y que muestren interés por quien contratan

Salud de la electrónica en la escena local

Burbuja festivalera

Avance comercial de la electrónica

Inteligencia Artificial

La cultura festivalera genera desintegración del tejido, el espacio de diferentes

Consumo de conciertos a través de festivales, con grandes DJs, mucho gasto en cultura, turismo de festivales, no construcción de sentido de pertenencia ni de comunitaria. Necesidad de enraizar los festivales en el territorio, la identificación con el mismo. Consumo compulsivo de festivales en vez de consumo sostenido en salas y clubes. Momentos de explosión de consumo de cultura.

Redes sociales, sensación de conexión sin conexión real. El objetivo es pinchar en festivales, trabajando desde lo digital para llegar ahí. Es un espejismo de la conexión y de la posibilidad de alcanzar esa meta, produce aislamiento, condiciona la relación con la gente, todo se hace para ser compartido en redes.

El sistema nos impulsa a pasar el estrés del trabajo y la vida cotidiana a el consumo descontrolado y bulímico de ocio y cultura, explosión del ocio para desconectar y desinhibirse.

Gran presión a la productividad, crear productos útiles para ser vendidos.

Entrada de fondos de inversión, productividad y productivismo, mayor carácter comercial de la música, fomento del consumo desde lo productivo. Se la pela la comunidad y la escena local. Creación de distancia entre grandes artistas y artistas de base.

Control monopolístico de los festivales sobre los artistas grandes para hacer los carteles, alejándolos de las salas.

Aumento del modelo de macro festival de tendencial comercial, contrario a la innovación, la experimentación, la participación de artistas no famosos.

Inteligencia artificial.

Ligada al aumento de la productividad. Va a reemplazar al artista? Va a tener un impacto en el pequeño formato, en lo cercano? Quién va a defender a los artistas de la IA si están atomizados? La capacidad de defensa será por parte de los sellos grandes, pero lo pequeños? Se va a producir una mayor polarización entre artistas pequeños y grandes. Habrá que regularizar lo que se hace con IA.

¿Con el avance de la IA cogerá más valor la presencia humana? ¿Habrá una mayor visión del arte en relación con el artista o se premiará el puro consumo? La experiencia humana es diferente que la IA, pero no sabemos sino se premiará la relación comercial y productiva o la humana.

Las tres cuestiones finales

Vía de expresión

Entorno social libre

Proceso creativo, respetado y compartido

Apoyo entre iguales

La falta de colaboración, envidias y comunidad, viene de la poca interacción

Hay que adaptarse a las normas de las instituciones. Si se juega bien salimos ganando

Crear más espacios para hablar sobre comunidad, ideas, colaboración, etc.

Los macroconciertos son en general un negocio rentable

La sociedad necesita un cambio

Fragmentación

¿Qué necesita la sociedad?

Visión

La IA nos va a relevar en nuestro día a día

Pasión por y para la música

Música electrónica como manera de desestresarse

Proponer a las instituciones como una manera de salir ganando los dos

Identidad colectiva

Duración y planteamiento óptimo

Presencia y conexión contra la polarización

La importancia de las redes locales

Lo colectivo mola

Compartir es vivir

La música electrónica está viva

Comunicación efectiva

Espacios para la visibilidad

Uso inteligente de la tecnología

Diversidad

Ganas de trabajar y hacer crecer la cultura de la música electrónica

Colectividad, diversidad, ganas de trabajar y hacer colectivo

Regularizar

Productividad y estrés en el ocio. Descontrol y consumismo

UN DANTZ INFORME Y DE UPV/EHU